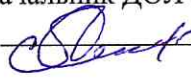


УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДОЛ «Звёздный бриз»
 С. В. Лукьянцев

МЕНЮ

7 день оздоровительного заезда

Дата: **07.08.2026 г.**

День недели: **пятница**

Возрастная категория: **12-17 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66,00	ХП-2
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,15	6,30	23,50	179,70	П-15\1
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7	VI-26
	Хлеб «Ржано-пшеничный»	30	2,1	0,3	15,0	72,0	Х-5
	Батон	80	6,4	2,4	45,6	232,0	Х-5
Второй завтрак	Сок фруктовый персиковый (индивидуальная упаковка)	200	0,60	0,00	33,60	130,00	VI-26
Обед	Мясо птицы отварное на супы	20	3,60	3,70	0,10	48,20	П-3
	Суп картофельный с фасолью	250	6,2	5,6	22,3	167,0	П-17-2
	Гренки из пшеничного хлеба	30	0,4	0,1	2,3	11,3	ХП-5
	Гуляш из говядины	100/50	31,6	35,0	8,4	452,0	П-3
	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,9	4,3	36,0	291,0	IV-6
	Компот из замороженных ягод (вишня) лето	200	0,10	0,00	11,60	46,40	VI-18
	Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94	Х-5
	Хлеб отрубной	50	4	1,5	22,5	119,5	Х-5
Полдник	Булочка промышленного производства	60	7,68	2,16	38,72	201,60	Х-22
	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	11,01	46,87	VI-7
	Фрукт(банан)	200	3,0	0,0	44,8	182,0	ХП-3\1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XI-1
	Огурец порционно	100	0,8	0,0	2,5	14,0	I-5
	Котлета «Особая»	100	16,5	18,2	16,1	295,2	П-59
	Рагу из овощей	230	4,5	12,88	25,96	236,79	IV-12
	Чай с лимоном	200	0,7	0,0	10,3	41,6	VI-16
	Хлеб «Бородинский»	40	2,4	0,4	17,6	84,0	Х-5
	Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5	Х-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	6,00	5,00	8,00	100,00	VI-1
	Печенье сдобное промышленного производства	35	2,8	10,1	21,0	168	Х-3

Заведующий столовой



Е.Н. Загородникова

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДОЛ «Звёздный бриз»
 С. В. Лукьянцев

МЕНЮ

7 день оздоровительного заезда

Дата: 07.08.2026 г.

День недели: пятница

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66,00	ХП-2
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,70	5,00	18,80	143,80	П-15\1
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7	VI-26
	Хлеб «Ржано-пшеничный»	30	2,10	0,30	15,00	72,00	Х-5
	Батон	60	4,80	1,80	34,20	174,00	Х-5
Второй завтрак	Сок фруктовый персиковый (индивидуальная упаковка)	200	0,60	0,00	33,60	130,00	VI-26
Обед	Мясо птицы отварное на супы	15	2,7	2,8	0,1	36,2	П-3
	Суп картофельный с фасолью	200	5,0	4,5	17,8	134,0	П-17-2
	Гренки из пшеничного хлеба	30	0,4	0,1	2,3	11,3	ХП-5
	Гуляш из говядины	90/45	25,30	28,00	7,80	421,00	П-3
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,82	3,60	30,00	242,50	IV-6
	Компот из замороженных ягод (вишня) лето	200	0,10	0,00	11,60	46,40	VI-18
	Хлеб 1 сорт	30	2,40	0,30	14,60	70,50	Х-5
	Хлеб отрубной	20	1,60	0,60	9,00	47,80	Х-5
Полдник	Булочка промышленного производства	60	7,68	2,16	38,72	201,60	Х-22
	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	11,01	46,87	VI-7
	Фрукт(банан)	200	3,0	0,0	44,8	182,0	ХП-3\1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	ХП-1
	Огурец порционно	60	0,8	0,0	2,5	14,0	I-5
	Котлета «Особая»	90	14,85	16,38	14,48	265,68	П-59
	Рагу из овощей	200	3,92	11,2	22,57	205,9	IV-12
	Чай с лимоном	200	0,70	0,00	10,30	41,60	VI-16
	Хлеб «Бородинский»	30	1,80	0,30	13,20	63,00	Х-5
	Хлеб 1 сорт	30	2,40	0,30	14,60	70,50	Х-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	6,00	5,00	8,00	100,00	VI-1
	Печенье сдобное промышленного производства	35	2,8	10,1	21,0	168	Х-3

Заведующий столовой



Е.Н. Загородникова