

УТВЕРЖДАЮ
 Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
 Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

11 день - Санаторно-оздоровительного заезда

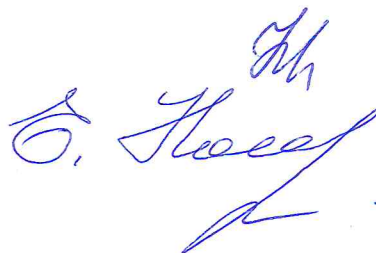
Дата 08.04.2026

День недели: среда

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с сыром и маслом	30/10/15	4,97	8,01	7,56	122,2	XI-3
	Каша молочная «Рябчик»	200/5	7,1	7,6	34,3	201,0	VII-3
	Какао с молоком	200	3,8	3,9	16,0	113,9	VI-2
	Батон	30	2,4	0,9	17,1	87,0	№ X-5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0	№ X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый (вишневый) индивидуальная упаковка	200	1,4	0,0	24,4	106,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Помидоры свежие порционно	60	0,5	0,0	2,5	10,8	I-5
	Мясо птицы отварное для супов	15	2,7	2,8	0,1	36,2	II-3
	Суп пюре из разных овощей	200	2,3	4,0	10,4	86,9	II-10
	Гренки из пшеничного хлеба	30	0,4	0,1	2,3	11,3	XII-5
	Котлета «Особая»	90	9,45	11,90	26,80	326,30	III-12
	Рис припущенный	150	3,7	5,40	37,70	215,00	IV-13-1
	Соус молочный с морковью	50	0,59	3,67	4,40	53,00	V-2
	Компот из плодов или ягод сушеных(изюм)	200	1	0,00	26,00	104,00	VI-5
	Хлеб 1 сорт	30	2,4	0,3	14,6	70,5	№ X-5
	Хлеб "Бородинский"	20	1,2	0,2	8,8	42,0	№ X-5
Полдник	Кекс «Ночка»	90	5,6	19,8	55,9	423,0	X-2
	Сок фруктовый (персиковый)	200	0,6	-	33,6	130,0	VI-26
	Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0	XII-3/1
Ужин	Сельдь с луком	65	6,0	8,0	2,0	106,0	I-26
	Жаркое из филе цыпленка	250	31,0	8,1	22,0	282,1	III-34
	Чай с лимоном	200	0,70	0,01	10,30	41,62	VI-16
	Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0	№ X-5
	Хлеб "Прибалтийский"	30	2,1	0,3	15,0	72,0	№ X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	5,6	5,0	22,0	156,0	VI-1
	Сушка "Малютка"	35	3,2	2,7	26,3	141,4	X - 3

Заведующий медицинским пунктом
 Ио Заведующий столовой



Н.А. Гаврилова
 Е.А. Налейкина

УТВЕРЖДАЮ
 Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
 Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

11 день - Санаторно-оздоровительного заезда

Дата 08.04.2026

День недели: среда

Возрастная категория: 11-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с сыром и маслом	30/10/20	6,6	10,6	10	163	XI-3
	Каша молочная «Рябчик»	250/5	8,9	9,6	41,3	252,1	VI-3
	Какао с молоком	200	3,8	3,9	16,0	113,9	VI-2
	Батон	50	4,0	1,5	28,5	145,0	№ X-5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0	№ X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый (вишневый) индивидуальная упаковка	200	1,4	0,0	24,4	106,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Помидоры свежие порционно	100	0,9	0,0	4,2	18,0	I-5
	Мясо птицы отварное для супов	20	3,6	3,7	0,1	48,2	II-3
	Суп пюре из разных овощей	250	2,9	5,0	13,0	108,7	II-10
	Гренки из пшеничного хлеба	30	0,4	0,1	2,3	11,3	XII-5
	Котлета «Особая»	100	10,5	13,20	29,80	362,60	III-12
	Рис припущенный	180	4,4	6,50	45,20	300,00	IV-13-1
	Соус молочный с морковью	50	0,59	3,67	4,40	53,00	V-2
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1	0,00	26,00	104,00	VI-5
	Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0	№ X-5
	Хлеб "Бородинский"	50	3,0	0,5	22,0	105,0	№ X-5
Полдник	Кекс «Ночка»	90	5,6	19,8	55,9	423,0	X-2
	Сок фруктовый (персиковый)	200	0,6	-	33,6	130,0	VI-26
	Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0	XII-3/1
Ужин	Сельдь с луком	65	6,0	8,0	2,0	106,0	I-26
	Жаркое из филе цыпленка	300	37,2	9,7	26,4	338,5	III-34
	Чай с лимоном	200	0,70	0,01	10,30	41,62	VI-16
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	№ X-5
	Хлеб "Прибалтийский"	40	2,8	0,4	20,0	96,0	№ X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	5,6	5,0	22,0	156,0	VI-1
	Сушка "Малютка"	35	3,15	2,66	26,25	141,4	X - 3

Заведующий медицинским пунктом
 Ио Заведующий столовой

Н.А. Гаврилова
 Е.А. Налейкина

Н.А. Гаврилова
Е.А. Налейкина