

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник
ДПОЛКД «Тимуровец»
Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

10 марта 2026 года

(5 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-2	Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к «Сервелат»	30/20	6,2	8,5	16,2	166,0
VII-5		Каша кукурузная молочная жидкая	250	7,8	8,5	49,5	298,3
VI-2		Какао с молоком	200	3,8	3,9	15,95	113,9
X-5		Батон	50	3,9	1,5	25,7	131,0
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,9	13,5	71,7
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый виноградный (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,2	20,2	92,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-3		Мясо птицы отварное на супы	20	4,1	0,5	-	20,8
II-9		Суп картофельный с сыром	250	4,0	5,0	18,0	126,0
XII-5		Гренки из пшеничного хлеба	30	0,4	0,1	2,3	11,3
III-30		Запеканка из печени с рисом	250	38,8	10,8	47,2	444,0
V-2		Соус молочный с морковью	50	0,6	3,7	4,4	53,0
VI-5		Компот из замороженных ягод (смородина)	200	0,3	0,0	16,0	59,3
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,0	0,5	22,0	105,0
X-5		Хлеб Отрубной	50	4,7	0,6	29,0	141,0
XII-4		Лук репчатый	3	0,4	0,0	0,2	4,2
IX-4	Полдник	Сырники со сгущенным молоком	140/25	19,0	13,0	38,0	333,0
VI-13		Чай с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0
XII-3		Фрукт свежий (банан)	200	3	0	44,8	182,0
I-3	Ужин	Икра морковная	100	1,8	6,0	10,8	95,6
III-34		Жаркое из филе цыпленка	300	18,9	21,6	28,8	384,6
VI-14		Чай с сахаром	200	0,1	-	10,0	40,6
X-5		Хлеб Бородинский	40	2,8	0,4	20,0	96,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	6	5	8	100
X-3		Хлебцы безглютеновые на фруктозе (малина-клубника)	27				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

10 марта 2026 года

(5 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-2	Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к «Сервелат»	30/15	5,45	5,6	16,2	147,0
VII-5		Каша кукурузная молочная жидкая	200/5	5,0	7,6	32,0	207,0
VI-2		Какао с молоком	200	3,8	3,9	15,95	113,9
X-5		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,9	13,5	71,7
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый виноградный (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,2	20,2	92,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-3		Мясо птицы отварное на супы	15	3,1	0,4	-	15,6
II-9		Суп картофельный с сыром	200	4,0	5,0	18,0	126,0
XII-5		Гренки из пшеничного хлеба	30	0,4	0,1	2,3	11,3
III-30		Запеканка из печени с рисом	200	31,0	8,6	37,8	355,2
V-2		Соус молочный с морковью	50	0,6	3,7	4,4	53,0
VI-4		Компот из замороженных ягод(смородина)	200	0,3	0,0	15,5	73,5
X-5		Хлеб 1 сорт	30	3,0	0,5	16,1	90,4
X-5		Хлеб Отрубной	20	1,8	0,3	13,2	63,0
XII-4		Лук репчатый	3	0,4	0	0,3	4,2
IX-9	Полдник	Сырники со сгущенным молоком	140/25	19,0	13,0	38,0	333,0
VI-13		Чай с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0
XII-3		Фрукт свежий (банан)	200	3	0	44,8	182,0
I-3	Ужин	Икра морковная	60	1,1	3,6	6,5	57,4
III-34		Жаркое из филе цыпленка	250	15,75	18,0	24,0	320,5
VI-14		Чай с сахаром	200	0,1	-	10,0	40,6
X-5		Хлеб Бородинский	30	1,8	0,3	15,0	68,2
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,0	0,2	10,0	48,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	6,0	5,0	8,0	100,0
X-3		Хлебцы безглютеновые на фруктозе(малина-клубника)	27				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева