

УТВЕРЖДАЮ  
 Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"  
 Е.Н. Дубровский

**МЕНЮ**

16 день - Санаторно-оздоровительного заезда

Дата 13.04.2026

День недели: понедельник

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	30/10/17,5	4,56	7,5	7,3	115	XI-3 (2)
	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая	200/5	6,3	8,9	25,5	207,4	VII-6
	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 отрубной	30	2,4	0,9	13,5	71,7	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый (персиковый) индивидуальная упаковка	200	0,6	0,0	33,6	130,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Мясо птицы отварное для супов	15	2,7	2,8	0,1	36,2	II-3
	Суп из овощей	200	1,54	4,69	10,07	95,19	II-6
	Тефтели из курицы с рисом	90	15	10,00	13,00	197,00	III-45
	Картофельное пюре с морковью	150	3,75	3,46	22,10	131,80	IV-5
	Компот из плодов или ягод сушеных( курага)	200	1	0,00	26,00	104,00	VI-5
	Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5	X-5
	Хлеб Прибалтийский	20	1,4	0,2	10,0	48,0	X-5
	Чеснок	2	0,1	0,0	0,6	3,0	XII-1
Полдник	Подушечки шоколадные	35	2,5	5,6	22,8	157,5	X-3
	Молоко в индивидуальная	200	6,0	6,4	9,4	120,0	XI - 31
	Фрукт свежие(апельсин)	200	1,8	0,0	12,6	76,0	XII-3/1
Ужин	Винегрет овощной	60	0,8	6,0	5,0	83,0	I-1
	Пельмени отварные	220/5	23,3	29,4	38,6	510,4	III - 24
	Чай «Каркаде»	200	0,10	0,00	10,00	40,00	VI-11
	Хлеб «Бородинский»	30	1,8	0,3	13,2	63,0	X-5
	Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт"Варенец"	200	5,8	5,0	9,0	110,0	VI-1
	Воздушные зерна риса	30	3,5	2,0	25,8	114,0	X - 20

Заведующий медицинским пунктом  
 Ио Заведующий столовой

Н.А. Гаврилова  
 Е.А.Налейкина

*Б. Косов*

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"  
Е.Н. Дубровский

### МЕНЮ

16 день - сСаторно-оздоровительного заезда

Дата 13.04.2026

День недели: понедельник

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	30/10/17.5	4,97	8,01	7,56	122,2	XI-3 (1)
	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая	250/5	7,8	11,1	31,7	258,0	VII-6
	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 отрубной	30	2,4	0,9	13,5	71,7	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый (персиковый) индивидуальная упаковка	200	0,6	0,0	33,6	130,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Мясо птицы отварное для супов	20	3,6	3,7	0,1	48,2	II-3
	Суп из овощей	250	1,93	5,86	12,60	115,00	II-6
	Тефтели из курицы с рисом (вариант II)	100	16	11,00	14,00	219,00	III-45
	Картофельное пюре с морковью	200	5	4,62	29,46	175,78	IV-5
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1	0,00	26,00	104,00	VI-5
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	X-5
	Хлеб "Прибалтийский"	50	3,5	0,5	25,0	120,0	X-5
	Чеснок	2	0,1	0,0	0,6	3,0	XII-1
Полдник	Подушечки шоколадные	35	2,5	5,6	22,8	157,5	X-3
	Молоко в индивидуальная упаковка	200	6,0	6,4	9,4	120,0	VI-30
	Фрукт свежие(апельсин)	200	1,8	0,0	12,6	76,0	XII-3/1
Ужин	Винегрет овощной	100	1,3	10,1	8,3	129,3	I-1
	Пельмени отварные	250/5	26,4	33,4	43,9	580,0	III - 24
	Чай «Каркаде»	200	0,10	0,00	10,00	40,00	VI-11
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	X-5
	Хлеб"Бородинский"	40	2,4	0,4	17,6	84,0	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт"Варенец"	200	5,8	5,0	9,0	110,0	VI-1
	Воздушные зерна риса	30	3,5	2	25,8	114	X - 20

Заведующий медицинским пунктом  
Ио Заведующий столовой



Н.А. Гаврилова  
Е.А. Налейкина