

УТВЕРЖДАЮ  
 Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"  
 Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

15 день - Снаторно-оздоровительного заезда

Дата 12.04.2026

День недели: воскресенье

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
	Омлет натуральный	150	13,4	20,8	3,5	255,1	VIII-1
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	10,0	40,6	VI-14
	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 (яблочный) инд.упаковка	200	1,0	0,0	23,4	94,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Огурец свежий порционно	60	0,8	0,0	2,5	14,0	I-5
	Мясо птицы отварное для супов	15	2,7	2,80	0,10	36,20	II-3
	Суп пюре из разных овощей	200	2,3	4,00	10,41	86,92	II-10
	Гренки из пшеничного хлеба	30	0,4	0,10	2,30	11,30	XII-5
	Филе куриное, тушеное в соусе с овощами	90/45	30	17,00	6,00	298,00	III-40
	Рис припущенный	150	3,7	5,4	37,7	215,0	IV-13-1
	Компот из замороженных ягод (вишня)	200	0,25	0	16	59,34	VI-4
	Хлеб "Бородинский"	20	1,2	0,2	8,8	42,0	№ X-5
	Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5	№ X-5
Полдник	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой	50	2,5	11,7	20,4	196,2	X-7
	Напиток цитрусовый (апельсин)	200	0,5	0,3	16,8	69,0	VI-9
	Фрукт свежий (банан)	200	3,0	0,0	44,8	182,0	XII-3/1
Ужин	Салат из зеленого горошка	60	3,0	8,0	3,0	92,0	I-27
	Биточки из говядины с луком	90	13,7	15,1	7,4	227,5	III-33
	Макаронные изделия отварные	200	7,4	7,1	47,1	281,4	IV-10
	Чай черный с имбирем с имбирем	200	0,24	0,12	9,75	40,00	VI-15
	Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0	№ X-5
	Хлеб "Минский"	30	2,3	0,3	15,3	72,0	№ X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	5,6	5,0	22,4	158,0	VI-1
	Пряник промышленного производства	35	1,9	1,8	26,6	122,5	X - 3

Заведующий медицинским пунктом  
 Ио Заведующий столовой

Н.А. Гаврилова  
 Е.А. Налейкина

*Е. Налейкина*

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"  
Е.Н. Дубровский

**МЕНЮ**

15 день - Санаторно-оздоровительного заезда + ШВД

Дата 12.04.2026

День недели : воскресенье

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	10,0	163,0	XI-3
	Омлет натуральный	200	18,0	27,7	4,7	340,1	VIII-1
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	10,0	40,6	VI-14
	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 (яблочный) инд.упаковка	200	1,0	0,0	23,4	94,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Огурец свежий порционно	100	0,8	0,0	2,5	14,0	I-5
	Мясо птицы отварное для супов	20	3,6	3,70	0,10	48,20	II-3
	Суп пюре из разных овощей	250	2,89	5,00	13,03	108,65	II-10
	Гренки из пшеничного хлеба	30	0,4	0,10	2,30	11,30	XII-5
	Филе куриное, тушеное в соусе с овощами	100/50	33	19,00	6,00	332,00	III-40
	Рис припущенный	180	4,4	6,5	45,2	300,0	IV-13-1
	Компот из замороженных ягод (вишня)	200	0,25	0	16	59,34	VI-4
	Хлеб "Бородинский"	50	3,0	0,5	22,0	105,0	№ X-5
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	№ X-5
Полдник	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой	50	2,5	11,7	20,4	196,2	X-7
	Напиток цитрусовый (апельсин)	200	0,5	0,3	16,8	69,0	VI-9
	Фрукт свежий (банан)	200	3,0	0,0	44,8	182,0	XII-3/1
Ужин	Салат из зеленого горошка	100	5,0	13,0	5,0	154,0	I-27
	Биточки из говядины с луком	100	15,3	16,7	8,2	252,5	III-33
	Макаронные изделия отварные	230	8,5	8,1	54,2	323,6	IV-10
	Чай черный с имбирем	200	0,24	0,12	9,75	40,00	VI-15
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	№ X-5
	Хлеб "Минский"	40	3,0	0,4	20,4	96,0	№ X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	5,6	5,0	22,4	158,0	VI-1
	Пряник промышленного производства	35	1,9	1,75	26,6	122,5	X - 3

Заведующий медицинским пунктом  
Ио Заведующий столовой

*Е. Налекина*

Н.А. Гаврилова  
Е.А. Налекина