

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

14 февраля 2026 года

(4 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда 7-10 лет	Б	Ж	У	Калорийность
XII-2 VIII-3 VII-2	Завтрак	Масло сливочное порционно	10	0,1	7,2	0,1	66
		Яйцо отварное	1/40	5,08	4,6	0,28	62,8
		Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	7,7	10,0	47,3	312,5
VI-12		Чай черный с молоком	200	2,8	3,19	14,71	98,69
X-5		Батон подмосковный	60	6,0	2,3	41,1	209,6
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0
VI-26	2	Сок фруктовый вишневый	200	1,4	-	24,4	106,0
	Завтрак	(индивидуальная упаковка)					
II-21	Обед	Мясо птицы отварное для супов	15	2,3	1,2	4,6	45,0
III-29		Суп картофельный с сыром	200	9,0	14,0	22,0	243,0
V-3		Биштекс рубленый из мяса птицы	100	15,7	4,91	4,73	126,73
			3				
IV-6		Макаронные изделия отварные	150	9,0	5,0	47,0	260,0
VI-4		Компот из замороженных ягод (вишня)	200	0,3	0,0	16,0	59,3
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5
X-5		Хлеб Бородинский	30	1,8	0,3	13,2	63,0
XII-1		Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
XII-4		Чеснок	2	0,1	0,0	0,6	3,0
X-3	Полдник	Кукурузные хлопья	35	2,1	0,53	29,05	129,5
VI-27		Молоко кипяченое 2,5-3,2%	200	5,6	6,4	9,4	117
XII-3		Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0
I-26	Ужин	Салат сельдь с луком	65	6,0	8,0	2,0	106,0
III-4		Жаркое по-домашнему	250	16,4	22,5	31,4	393,6
VI-11		Чай Каркаде	200	0,1	0,0	10,0	40,0
X-5		Хлеб Минский	20	1,5	0,2	10,2	48,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт	200	5,6	6,4	8,2	112,5
X-3		«Ряженка» Печенье сдобное промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А. Гаврилова

Н.В. Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДССОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

14 февраля 2026 года

(4 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XII-2	Завтрак	Масло сливочное порционно	10	0,1	7,2	0,1	66
VIII-3		Яйцо отварное	1/40	5,08	4,6	0,28	62,8
VII-2		Каша манная молочная жидкая с маслом	250/5	7,7	10,0	47,3	312,5
VI-12		Чай черный с молоком	200	2,8	3,19	14,71	98,69
X-5		Батон подмосковный	80	6,0	2,3	41,1	209,6
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый вишневый (индивидуальная упаковка)	200	1,4	-	24,4	106,0
II-21	Обед	Мясо птицы отварное на супы	20	2,6	1,8	5,9	47,0
III-29		Суп картофельный с сыром	250	9,0	14,0	22,0	243,0
V-3		Биштекс рубленый из мяса птицы	120	15,7	4,91	4,73	126,73
IV-6		Макаронные изделия отварные	180	11,0	6,0	57,0	312,0
VI-4		Компот из замороженных ягод (вишня)	200	0,3	0,0	16,0	59,3
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
X-5		Хлеб Бородинский	50	3,0	0,5	22,0	105,0
XII-1		Зелень свежая	2	2,0	0,4	11,9	60,3
XII-4		Чеснок свежий	2	0,0	-	0,2	0,8
X-3	Полдник	Кукурузные хлопья	35	2,1	0,53	29,05	129,5
VI-27		Молоко кипяченое 2,5-3,2%	200	5,6	6,4	9,4	117
XII-3		Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0
I-26	Ужин	Салат сельдь с луком	65	6,0	8,0	2,0	106,0
III-4		Жаркое по-домашнему	300	16,4	22,5	31,4	393,6
VI-11		Чай Каркаде	200	0,1	0,0	10,0	40,0
X-5		Хлеб Минский	40	3,0	0,4	20,4	96,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,8	0,6	29,0	141,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Ряженка»	200	6,0	5,0	8,0	100,0
X-3		Печенье сдобное промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева