

УТВЕРЖДАЮ
 Начальник ДСО ЛКД "Тимуровец"
 Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

17 день - Санаторно-оздоровительного заезда

Дата 14.04.2026

День недели : вторник

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с джемом	30/10/20	2,93	8	27,3	190	XI-1
	Каша рисовая молочная с маслом	200/5	5,1	6,6	32,6	210,1	VII-8
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7	VI-8
	Хлеб "Бородинский"	30	1,8	0,3	13,2	63,0	X-5
	Батон	30	2,4	0,9	17,1	87,0	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый (мультифрукт) индивидуальная упаковка	200	0,4	0,0	24,0	100,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Уха ростовская	200	10,6	3,3	5,4	93,0	II-14
	Котлета домашняя	90	13,5	18,90	10,80	261,00	III-2
	Макаронны отварные с овощами	200	6,8	9,28	40,00	271,00	IV-16
	Компот из замороженных ягод (клубника)	200	0,25	0,00	16,00	59,34	VI-4
	Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5	X-5
	Хлеб "Отрубной"	20	1,6	0,6	9,0	47,8	X-5
	Лук репчатый	3	0,4	0,0	0,3	4,2	XII-1
Полдник	Запеканка из творога.	150/25	22,8	14,1	38,0	370,5	IX-1
	Напиток из шиповника	200	0,0	0,0	11,0	46,9	VI-7
	Фрукт (мандарин)	150	1,2	0,0	12,9	57,0	XII-3/1
Ужин	Салат из свежих огурцов	60	0,4	6,0	1,8	62,1	I-7
	Говядина с овощами и булгуром	250	36,0	15,0	47,0	470,0	III-41
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	№X-5
	Хлеб Прибалтийский	30	2,1	0,3	15,0	72,0	№ -5
	Зефир в шоколаде	54	1,2	6,6	36,6	213,8	
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	5,6	5,0	22,0	156,0	VI-1
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21,0	154,0	X - 3

Заведующий медицинским пунктом
 Ио Заведующий столовой

Е. Належкина

Н.А. Гаврилова
 Е.А. Належкина

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

17 день - Санаторно-оздоровительного заезда

Дата 14.04.2026

День недели : вторник

Возрастная категория: 11-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с джемом	30/10/20	2,93	8	27,3	190	XI-1
	Каша рисовая молочная с маслом	250/5	6,4	7,4	40,2	252,6	VII-8
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7	VI-8
	Хлеб "Бородинский"	30	1,8	0,3	13,2	63,0	№ X-5
	Батон	50	4,0	1,5	28,5	145,0	№ X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый (мультифрукт) индивидуальная упаковка	200	0,4	0,0	24,0	100,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Уха ростовская	250	13,2	4,1	6,7	116,2	II-14
	Котлета домашняя	100	15	21,00	12,00	290,00	III-2
	Макароны отварные с овощами	230	7,8	10,67	46,00	312,00	IV-16
	Компот из замороженных ягод (клубника)	200	0,25	0,00	16,00	59,34	VI-4
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	№ X-5
	Хлеб "Отрубной"	50	4,0	1,5	22,5	119,5	№ X-5
	Лук репчатый	3	0,4	0,0	0,3	4,2	XII-1
Полдник	Запеканка из творога.	200/25	29,8	18,1	46,0	466,5	IX-1
	Напиток из шиповника	200	0,0	0,0	11,0	46,9	VI-7
	Фрукт (мандарин)	150	1,2	0,0	12,9	57,0	XII-3/1
Ужин	Салат из свежих огурцов	100	0,7	10,1	3,0	103,6	I-7
	Говядина с овощами и булгуром	300	44,0	18,0	57,0	565,0	III-41
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13)
	Хлеб 1 сорт	60	4,70	0,60	29,00	141,00	№ X-5
	Хлеб Прибалтийский	40	2,8	0,4	20,0	96,0	№ X-5
	Зефир в шоколаде	54	1,2	6,6	36,6	213,8	
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	5,6	5,0	22,0	156,0	VI-1
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21	154	X - 3

Заведующий медицинским пунктом
Ио Заведующий столовой



Н.А. Гаврилова
Е.А.Налейкина