

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

МЕНЮ

13 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 14.06.2026 г.

День недели: **воскресенье**

Возрастная категория: 7-11 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	8,00	27,30	190,00	XI-1
	Каша молочная из смеси круп	200/5	3,52	4,90	22,18	146,90	VII-4
	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	3,20	14,70	98,70	VI-8
	Батон	30	2,40	0,90	17,10	87,00	X-5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,10	0,30	15,00	72,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый яблочный индивидуальная упаковка	200	1,00	0,00	23,40	94,00	VI-26
Обед	Мясо птицы отварное на супы	15	2,70	2,80	0,10	36,20	II-3
	Суп пюре из разных овощей	200	2,30	4,00	10,41	86,92	II-10
	Гренки из пшеничного хлеба	30	0,40	0,10	2,30	11,30	XII-5
	Биточки из говядины с луком п/ф	90	13,73	16,74	7,38	227,50	III-57
	Рис припущенный	150	3,70	5,40	37,70	215,00	IV-13-1
	Соус молочный	50	1,68	3,45	4,61	56,00	V-1
	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,00	12,23	49,00	VI-21
	Хлеб 1 сорт	30	2,40	0,30	14,60	70,50	X-5
	Хлеб "Бородинский"	20	1,20	0,20	8,80	42,00	X-5
Полдник	Пряник промышленного производства	37	1,9	1,75	26,6	122,5	X-3
	Напиток цитрусовый	200	0,50	0,30	16,80	69,00	VI-9
	Фрукт свежие (банан)	200	3,00	0,00	44,80	182,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0	0,1	0,7	XII-1
	Помидор свежий порционно	60	0,50	0,00	2,50	10,80	I-5
	Филе куриное (красное мясо) запеченное в сметане	100	16,30	3,50	9,00	116,00	III-22
	Картофель отварной с зеленью	200	4,10	9,30	36,30	243,00	IV-23
	Чай зеленый	200	0,10	0,00	10,00	40,60	VI-10
	Хлеб "Минский"	30	2,30	0,30	15,30	72,00	X-5
	Хлеб-1 сорт	30	2,40	0,30	14,60	70,50	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	6,00	5,00	8,00	100,00	VI-1
	Печенье сахарное промышленного производства	35	2,40	5,60	24,50	157,50	X-3

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой

С.В.Новикова

УТВЕРЖДАЮ
 Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
 Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

13 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 14.06.2026 г.

День недели: **воскресенье**

Возрастная категория: 12-17 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	8,00	27,30	190,00	XI-1
	Каша молочная из смеси круп	250/5	4,40	5,21	27,80	175,37	VII-4
	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	3,20	14,70	98,70	VI-8
	Батон	50	4,00	1,50	28,50	145,00	X-5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,10	0,30	15,00	72,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый яблочный индивидуальная упаковка	200	1,00	0,00	23,40	94,00	VI-26
Обед	Мясо птицы отварное на супы	20	3,60	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	0,40	0,10	2,30	11,30	XII-5
	Биточки из говядины п/ф	100	15,25	16,74	8,20	252,50	III-57
	Рис припущенный	180	4,40	6,50	45,20	300,00	IV-13-1
	Соус молочный	50	1,68	3,45	4,61	56,00	V-1
	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,00	12,23	49,00	VI-21
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	X-5
	Хлеб "Бородинский"	50	3,00	0,50	22,00	105,00	X-5
Полдник	Пряник промышленного производства	37	1,9	1,75	26,6	122,5	X-3
	Напиток цитрусовый	200	0,50	0,30	16,80	69,00	VI-9
	Фрукт свежие (банан)	200	3,00	0,00	44,80	182,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0	0,1	0,7	XII-1
	Помидор свежий порционно	100	0,90	0,00	4,20	18,00	I-5
	Филе куринное (красное мясо) запеченное в сметане	120	19,60	4,20	10,80	139,00	III-22
	Картофель отварной с зеленью	230	4,70	10,70	41,70	279,00	IV-23
	Чай зеленый	200	0,10	0,00	10,00	40,60	VI-10
	Хлеб "Минский"	40	3,00	0,40	20,40	96,00	X-5
	Хлеб 1 сорт	50	4,00	0,50	24,20	117,50	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	6,00	5,00	8,00	100,00	VI-1
	Печенье сахарное промышленного производства	35	2,40	5,60	24,50	157,50	X-3

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой

С.В.Новикова