

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

16 февраля 2026 года

(6 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-3	Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/15	4,97	8,01	7,56	122,2
VIII-3		Омлет натуральный	150	13,43	20,81	3,5	255,09
VI-8		Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон	30	2,3	1,0	12,4	78,3
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,3	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка)	200	1,4	0,2	20,6	92,0
I-5	Обед	Помидор свежий порционно	60	0,5	0,0	2,5	10,8
II-2		Мясо птицы отварная на суп	15	2,7	2,8	0,1	36,2
II-10		Суп пюре из разных овощей и гренками	200/30	2,3	4	10,41	86,92
III-21		Рыба, тушеная в томате с овощами	100/42	0,4	0,0	2,3	11,3
IV-13		Рис припущенный	150	13,2	2,3	7,2	103,0
VI-5		Компот из плодов сушеных (курага)	200	3,7	5,4	37,7	215,0
X-5		Хлеб 1 сорт	50	1	0	26	104
X-5		Хлеб Отрубной	30	4,0	0,5	24,2	117,5
XII-1		Зелень свежая	30	2,5	0,5	15,9	74,5
XII-4		Лук репчатый	2	0,0	-	0,2	0,8
IX-3	Полдник	Пудинг творожный запеченный со сгущенным молоком	150/25	0,4	0,0	0,3	4,2
VI-7		Напиток из шиповника	200	17	30,1	40	489,4
XII-3		Фрукт (мандарин)	150	200	-	11,0	46,9
I-8	Ужин	Салат из свеклы с сыром с чесноком	60	1,2	0,0	12,9	57,0
III-15		Мясо с овощным соусом	90/45	2,9	6,4	3,9	84,6
IV-10		Макаронные изделия отварные(спагетти)	200	30,0	17,9	6,7	313,0
VI-14		Чай зеленый с сахаром	200	7,4	7,1	47,1	281,4
X-5		Хлеб Минский	20	0,1	0	10	40,6
X-5		Хлеб 1 сорт	40	1,5	0,2	10,2	48,0
VI-1		Кисломолочный продукт «Варенец»	200	3,2	0,4	19,3	94,0
X-3	2 ужин	Вафли промышленного производства	35	5,6	5	8	100

Заведующий медицинским пунктом

Заведующий столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

16 февраля 2026 года

(6 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-3	Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/20	4,97	8,01	7,56	122,2
VIII-3		Омлет натуральный	200	13,43	20,81	3,5	255,09
VI-8		Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон подмосковный	50	2,3	1,0	12,4	78,3
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,3	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка)	200	0,3	0,2	24,9	100,0
I-5	Обед	Помидор свежий порционно	100	0,5	0,0	2,5	10,8
II-2		Мясо птицы отварная на суп	20	2,7	2,8	0,1	36,2
II-10		Суп пюре из разных овощей и гречками	250/30	2,3	4	10,41	86,92
III-21				0,4	0,0	2,3	11,3
IV-13		Рыба, тушеная в томате с овощами	120/50	13,2	2,3	7,2	103,0
VI-5		Рис припущенный	180	3,7	5,4	37,7	215,0
X-5		Компот из плодов сушеных (курага)	200	1	0	26	104
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,5	0,5	15,9	117,5
XII-1		Хлеб Отрубной	50	2,5	0,5	15,9	74,5
XII-4		Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
		Лук репчатый порционно	3	0,4	0,0	0,3	4,2
IX-3	Полдник	Пудинг творожный запеченный со сгущенным молоком	150/25	20,2	37,3	49,0	625,0
VI-7		Напиток из шиповника	200		-	11,0	46,9
XII-3		Фрукт (мандарин)	150	1,2	0,0	12,9	57,0
I-8	Ужин	Салат из свеклы с сыром с чесноком	100	2,9	6,4	3,9	84,6
III-15		Мясо с овощным соусом	100/50	30,0	17,9	6,7	313,0
IV-10		Макаронные изделия	230	7,4	7,1	47,1	281,4
VI-14		отварные(спагетти)					
X-5		Чай зеленый с сахаром	200	0,1	0	10	40,6
X-5		Хлеб Минский	40	1,5	0,2	10,2	48,0
		Хлеб 1 сорт	60	3,2	0,4	19,3	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Варенец»	200	5,6	5	8	100
X-3		Вафли промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева