

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДПОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

17 марта 2026 года

(12 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-2	Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к «Сервелат»	30/15	5,45	5,6	16,2	147,0
VII-7		Каша молочная кукурузная жидкая	200/5	7,3	8,0	34,4	238,4
VI-8		Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон	30	2,4	0,9	17,1	87,0
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,0	23,4	94,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,1	-	0,2	0,7
II-2		Мясо говядина отварная на супы	15	3,1	0,4	-	15,6
II-4		Рассольник Ленинградский	200	4,0	9,0	25,9	120,0
III-47		Мясо тушеное с капустой	250	29,0	27,0	17,0	385,0
VI-5		Компот из плодов или ягод сушеных(курага)	200	1,0	0,0	26,0	104,0
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5
X-5		Хлеб Отрубной	20	2,4	0,9	13,5	71,7
X-15	Полдник	Манник	90	5,0	8,0	38,0	241,0
VI-13		Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0
XII-3		Фрукт свежий (банан)	200	3	0	44,8	182,0
I-26/1	Ужин	Салат с фасолью	60	5,0	6,0	12,0	129,0
III-22		Филе куриное (красное мясо) ,запеченное в сметане	100	16,3	3,5	9	116,0
IV-10		Макаронные изделия отварные	200	7,0	7,0	47,0	290,0
VI-14		Чай с сахаром	200	0,1	0,0	10,0	40,6
X-5		Хлеб Бородинский	30	1,8	0,3	13,2	63,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Ряженка»	200	6,0	5,0	8,0	100,0
X-3		Батончик-мюсли(яблоко)	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник
ДСОЛКД «Тимуровец»
Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

17 марта 2026 года

(12 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-2	Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к «Сервелат»	30/20	6,2	8,5	16,2	166,0
VII-7		Каша молочная кукурузная жидкая	250/5	7,8	8,5	49,5	296,3
VI-8		Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон	50	4,0	1,5	28,5	145
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,0	23,4	94,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,1	-	0,1	0,7
II-2		Мясо говядина отварная на супы	20	4,1	0,5	-	20,8
II-3		Рассольник Ленинградский	250	5,0	11,3	32,4	150,0
III-47		Мясо тушеное с капустой	300	34	32	20	462
VI-5		Компот из плодов или ягод сушеных(курага)	200	1	0	26	104
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
X-5		Хлеб Отрубной	50	0,4	1,5	22,5	119,5
X-15	Полдник	Манник	90	5,0	8,0	38,0	241,0
VI-13		Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0
X-3		Фрукт свежий (банан)	200	3	0	44,8	182,0
I-26/1	Ужин	Салат с фасолью	100	9,0	11,0	20,0	215,0
III-22		Филе куриное(красное мясо) запеченное в сметане	120	19,6	4,2	10,8	139,0
IV-10		Макаронные изделия отварные	230	8,0	9,00	54,0	333,0
VI-14		Чай с сахаром	200	0,1	-	10,0	40,6
X-5		Хлеб Бородинский	40	2,4	0,4	17,6	84
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Ряженка»	200	6,0	5,0	8,0	100,
X-3		Батончик-мюсли (яблоко)	32				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева