

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

18 марта 2026 года

(13 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с маслом и повидлом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
VII-4		Каша молочная жидкая из смеси круп	200/5	3,52	4,9	22,18	146,9
VI-12		Чай с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3
X-5		Батон	30	2,4	0,9	17,1	87,0
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,9	13,5	71,7
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)	200	0,4	0	24,0	1000
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,1	0	0,1	0,7
II-21		Суп картофельный с горохом и колбасными изделиями	200	7,0	11,0	18,0	194,0
III-21		Рыба тушеная в томате с овощами	100/42	13,2	2,3	7,2	103,0
IV-4		Картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,3	160,5
VI-21		Компот из свежих яблок	200	0,2	0,0	12,2	49,0
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,0	117,5
X-5		Хлеб Прибалтийский	20	1,4	0,2	10,0	48,0
XII-4		Чеснок	2	0,1	0,0	0,6	3,0
IX-3	Полдник	Пудинг творожный запеченный со сгущенным молоком	150/25	17	30,0	40,0	489,4
VI-7		Напиток из шиповника	200	0	-	11,0	46,9
XII-3		Фрукт (мандарин)	150	1,2	0,0	12,9	57,0
I-5	Ужин	Помидор свежий порционно	60	0,5	0,0	2,5	10,8
III-13		Люля -кебаб	90	19,0	33,0	5,0	394,0
IV-9		Каша пшеничная рассыпчатая	200	3,9	4,8	37,6	210,0
		Булгур					
V-3		Соус томатный	50	0,3	1,8	2,6	28,1
VI-11		Чай Каркаде	200	0,1	0,0	10,0	40,0
X-5		Хлеб Минский	30	2,3	0,3	15,3	72,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт Кефир	200	5,8	5,0	22,4	158,0
X-3		Печенье сахарное промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

18 марта 2026 года

(13 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с маслом и повидлом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
VII-4		Каша молочная жидкая из смеси круп	250/5	4,4	5,21	27,8	175,37
VI-12		Чай с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3
X-5		Батон	50	4,0	1,5	28,5	145,0
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,3	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)	200	0,4	0	24,0	100,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	20	0,1	0	0,1	0,7
II-21		Суп картофельный с горохом и колбасными изделиями	250	8,8	13,8	22,5	242,5
III-21		Рыба тушеная в томате с овощами	120/50	16,1	2,8	8,7	125,0
IV-4		Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,06	214,0
VI-21		Компот из свежих яблок	200	0,2	0,0	12,2	49,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,5	29,0	141,0
X-5		Хлеб Прибалтийский	50	3,5	0,4	25,0	120,0
XII-4		Чеснок	2	0,1	0,0	0,6	3,0
IX-3	Полдник	Пудинг творожный запеченный со сгущенным молоком	150/25	17	30,1	40	489,4
VI-7		Напиток из шиповника	200	0	-	11,0	46,9
XII-3		Фрукт (мандарин)	150	1,2	0,0	12,9	57,0
I-5	Ужин	Помидор свежий порционно	100	0,9	0,0	4,2	18,0
III-13		Люля-кебаб	100	21,0	36,7	5,6	437,0
IV-9		Каша пшеничная рассыпчатая	180	4,7	5,8	45,0	252,0
		Булгур					
V-3		Соус томатный	50	0,3	1,8	2,6	28,1
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	4,7	0,6	29	141,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт Кефир	200	5,8	5,0	22,4	158,0
X-3		Печенье сахарное промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева