

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДОЛКД "Пионер"
М.В. Кумпицкая

МЕНЮ

6 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 22.07.2026 г.

День недели: среда

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром "Хохланд" пластины	30\10\18,75	6,60	10,60	10,00	163,00	XI-1
	Омлет натуральный	150	13,43	20,81	3,50	255,09	VIII-1
	Чай с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3	VI-12
	Хлеб «Ржано-пшеничный»	30	2,10	0,30	15,00	72,00	X-5
	Батон	30	2,40	0,90	17,10	87,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый вишневый в индивидуальной упаковке	200	1,40	0,00	24,40	106,00	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
	Котлеты, рубленые из курицы п/ф	90	13,37	1,82	12,82	117,60	III-58
	Каша пшеничная вязкая	150	6,6	2,7	28,7	166,0	IV-8
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм) лето	200	1,40	0,00	29,00	119,40	VI-19
	Хлеб 1 сорт	30	2,40	0,30	14,60	70,50	X-5
	Хлеб «Отрубной»	20	1,60	0,60	9,00	47,80	X-5
Полдник	Сырники из творога со сгущенным молоком	140/25	9,0	16,0	33,0	307,0	IX-4
	Напиток из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,78	27,09	VI-30
	Фрукт (яблоко)	200	0,80	0,00	22,60	92,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Икра морковная	60	1,1	3,6	6,5	57,4	I-3
	Гуляш из говядины	90\45	25,30	28,00	7,80	421,00	III-3
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,82	3,60	30,00	242,50	IV-6
	Чай с лимоном	200	0,70	0,01	10,30	41,62	VI-16
	Хлеб «Бородинский»	30	1,80	0,30	13,20	63,00	X-5
	Хлеб 1 сорт	30	2,40	0,30	14,60	70,50	X-5
	Зефир в шоколаде	54	1,20	6,60	36,60	213,80	X--21
Второй ужин	Кисель из облепихи	200	0,30	1,10	19,20	88,20	VI-3
	Вафли промышленного производства	35	1,20	0,98	28,03	119,70	X-3

Заведующий медицинским пунктом

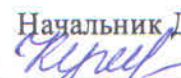
Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой

С.В. Новикова

УТВЕРЖДАЮ

Начальник ДОЛКД "Пионер"

 М.В. Кумпицкая

МЕНЮ

6 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 22.07.2026 г.

День недели: среда

Возрастная категория: 12-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром "Хохланд» пластины	30\10\18,75	6,60	10,60	10,00	163,00	XI-1
	Омлет натуральный	200	18,00	27,70	4,70	340,10	VIII-1
	Чай с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3	VI-12
	Хлеб «Ржано-пшеничный»	30	2,1	0,3	15,0	72,0	X-5
	Батон	50	4,0	1,5	28,5	145,0	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый вишневый в индивидуальной упаковке	200	1,40	0,00	24,40	106,00	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
	Котлеты, рубленые из курицы п/ф	100	14,85	2,02	14,24	130,67	III-58
	Каша пшеничная вязкая	180	8,8	3,2	38,3	217	IV-8
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм) лето	200	1,40	0,00	29,00	119,40	VI-19
	Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0	X-5
	Хлеб «Отрубной»	50	4,0	1,5	22,5	119,5	X-5
Полдник	Сырники из творога со сгущенным молоком	140/25	9,0	16,0	33,0	307,0	IX-4
	Напиток из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,78	27,09	VI-30
	Фрукт (яблоко)	200	0,80	0,00	22,60	92,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Икра морковная	100	2,3	7,6	13,6	119,6	I-3
	Гуляш из говядины	100\50	31,6	35,0	8,4	452,0	III-3
	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,9	4,3	36,0	291,0	IV-6
	Чай с лимоном	200	0,7	0,0	10,3	41,6	VI-16
	Хлеб «Бородинский»	40	2,4	0,4	17,6	84,0	X-5
	Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5	X-5
	Зефир в шоколаде	54	1,20	6,60	36,60	213,80	X--21
Второй ужин	Кисель из облепихи	200	0,30	1,10	19,20	88,20	VI-3
	Вафли промышленного производства	35	1,20	0,98	28,03	119,70	X-3

Заведующий медицинским пунктом

 Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой

 С.В. Новикова