

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

19 день санаторно-оздоровительного заезда + профильна смена

Дата 24.03.2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с колбасой	30/15	5,45	5,6	16,2	147	XI-2
	Каша молочная кукурузная жидкая	200/5	7,3	8	34,4	238,4	VII-5
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,9	VI-2
	Батон	30	2,4	0,9	17,1	87,0	X-5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0	X-5
Второй завтрак	Сокфруктовый виноградный индивидуальная упаковка	200	0,6	0,0	37,0	144,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Мясо птицы отварное для супов	15	2,7	2,8	0,1	36,2	II-3
	Суп картофельный с сыром	200	7,4	7,5	46,6	305,0	II-9
	Гренки из пшеничного хлеба	30,0	0,4	0,1	2,3	11,3	XII-5
	Пельмени отварные	220/5	23,3	29,4	38,6	510,4	III-24
	Компот из замороженных ягод (смородина)	200	0,3	0,0	16,0	59,3	VI-4
	Хлеб 1 сорт	30	2,4	0,3	14,6	70,5	X-5
	Хлеб "Отрубной"	20	1,6	0,6	9,0	47,8	X-5
	Лук репчатый	3	0,4	0,0	0,3	4,2	XII-4
Полдник	Сырники с начинкой (из кулинарного замороженного изделия) со сгущенным молоком	140/25	9,0	16,0	33,0	307,0	IX-4
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	Фрукт свежие(яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0	XII-3/1
Ужин	Сельдь с зеленым горошком	25/30/5	5,6	3,4	2,2	61,2	I-10
	Жаркое из филе цыпленка	250	31,0	8,1	22,0	282,1	III-34
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	10,0	40,6	VI-14
	Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0	№ X-5
	Хлеб "Бородинский"	30	1,8	0,3	13,2	63,0	№ X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	5,6	5,0	22,4	158,0	VI-1
	Хлебцы безглютеновые на фруктозе (малина-клубника)	27					

Заведующий медицинским пунктом

Заведующий столовой

Н.А. Гаврилова

Н.В. Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

19 день санаторно-оздоровительного заезда + профильна смена

Дата 24.03.2026

Возрастная категория: 11-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с колбасой	30/20	6,2	8,5	16,2	166,0	XI-2
	Каша молочная кукурузная жидкая	250/5	7,8	8,5	49,5	296,3	VII-5
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,9	VI-2
	Батон	50	4,0	1,5	28,5	145,0	X-5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0	X-5
Второй завтрак	Сокфруктовый виноградный индивидуальная упаковка	200	0,6	0,0	37,0	144,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Мясо птицы отварное для супов	20	3,60	3,70	0,10	48,20	II-3
	Суп картофельный с сыром	250	9,3	9,4	58,2	381,3	II-9
	Гренки из пшеничного хлеба	30,0	0,4	0,1	2,3	11,3	XII-5
	Пельмени отварные	250/5	26,4	33,4	43,9	580,0	III-24
	Компот из замороженных ягод (смородина)	200	0,3	0,0	16,0	59,3	VI-4
	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
	Лук репчатый	3	0,4	0,0	0,3	4,2	XII-4
Полдник	Сырники с начинкой (из кулинарного замороженного изделия) со сгущенным молоком	140/25	9,0	16,0	33,0	307,0	IX-4
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	Фрукт свежие(яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0	XII-3/1
Ужин	Сельдь с зеленым горошком	35/40/5	7,4	4,5	2,9	81,6	I-10
	Жаркое из филе цыпленка	300	37,2	9,7	26,4	338,5	III-34
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	10,0	40,6	VI-14
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	№ X-5
	Хлеб "Бородинский"	40	2,4	0,4	17,6	84,0	№ X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	5,6	5,0	22,4	158,0	VI-1
	Хлебцы безглютеновые на фруктозе (малина-клубника)	27					

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой

Н.В. Аксентьева