

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"  
Е.Н. Дубровский

# МЕНЮ

8 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 24.07.2026 г.

День недели: пятница

Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------|---------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-------------|
|                |                                                   |             | Б                    | Ж     | У     |                                |             |
| Завтрак        | Масло сливочное порционно                         | 10          | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,0                           | ХП-2        |
|                | Каша молочная «Рябчик»                            | 200/5       | 7,1                  | 7,6   | 34,3  | 201,0                          | ВП-3        |
|                | Какао с молоком                                   | 200         | 3,77                 | 3,93  | 15,95 | 113,90                         | VI-2        |
|                | Батон                                             | 60          | 4,80                 | 1,80  | 34,20 | 174,00                         | Х-5         |
|                | Хлеб «Ржано-пшеничный»                            | 30          | 2,10                 | 0,30  | 15,00 | 72,00                          | Х-5         |
| Второй завтрак | Сок фруктовый абрикосовый индивидуальная упаковка | 200         | 1,00                 | 0,00  | 28,00 | 112,00                         | VI-26       |
| Обед           | Мясо птицы отварное на супы                       | 15          | 2,7                  | 2,8   | 0,1   | 36,2                           | П-3         |
|                | Суп «Снежок»                                      | 200         | 3,2                  | 3,3   | 17,5  | 111,0                          | П-11        |
|                | Мясо тушеное с капустой                           | 250         | 29,0                 | 27,0  | 17,0  | 385,0                          | Ш-47        |
|                | Компот из замороженной ягоды (смородина)          | 200         | 0,2                  | 0,0   | 10,8  | 43,9                           | VI-18       |
|                | Хлеб 1 сорт                                       | 50          | 4,00                 | 0,50  | 24,20 | 117,50                         | Х-5         |
|                | Хлеб «Отрубной»                                   | 20          | 1,60                 | 0,60  | 9,00  | 47,80                          | Х-5         |
| Полдник        | Булочка промышленного производства                | 60          | 7,68                 | 2,16  | 38,72 | 201,60                         | Х-22        |
|                | Напиток из повидла плодово - ягодного             | 200         | 0,20                 | 0,00  | 27,60 | 110,00                         | VI-28       |
|                | Фрукт (мандарин)                                  | 150         | 1,2                  | 0     | 12,9  | 57,0                           | ХП-3/1      |
| Ужин           | Зелень свежая                                     | 2           | 0,1                  | 0,0   | 0,1   | 0,7                            | ХП-1        |
|                | Помидор парционно                                 | 60          | 0,5                  | 0,0   | 2,5   | 10,8                           | I-5         |
|                | Сосиски отварные                                  | 120         | 11,35                | 27,50 | 2,69  | 308,00                         | Ш-23        |
|                | Картофель отварной с зеленью                      | 200         | 4,10                 | 9,30  | 36,30 | 243,00                         | IV-23       |
|                | Чай черный с натуральными добавками               | 200         | 0,2                  | 0,0   | 10,0  | 40,0                           | VI-13       |
|                | Хлеб «Минский»                                    | 30          | 2,30                 | 0,30  | 15,30 | 72,00                          | Х-5         |
|                | Хлеб 1 сорт                                       | 40          | 3,20                 | 0,40  | 19,30 | 94,00                          | Х-5         |
| Второй ужин    | Сок фруктовый вишневый                            | 200         | 0,60                 | 0,00  | 37,00 | 144,00                         | VI-26       |
|                | Хлебцы безглютеновые на глюкозе                   | 27          | 1,89                 | 0,54  | 19,71 | 91,80                          | Х-20        |

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой

С.В.Новикова

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"  
Е.Н. Дубровский

## МЕНЮ

8 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 24.07.2026 г.

День недели: пятница

Возрастная категория: 12-17 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------|---------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-------------|
|                |                                                   |             | Б                    | Ж     | У     |                                |             |
| Завтрак        | Масло сливочное порционно                         | 10          | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,0                           | ХП-2        |
|                | Капша молочная «Рябчик»                           | 250/5       | 8,89                 | 9,6   | 41,29 | 252,13                         | ВП-3        |
|                | Какао с молоком                                   | 200         | 3,77                 | 3,93  | 15,95 | 113,9                          | VI-2        |
|                | Батон                                             | 50          | 4,0                  | 1,5   | 28,5  | 145,0                          | Х-5         |
|                | Хлеб «Ржано-пшеничный»                            | 30          | 2,10                 | 0,30  | 15,00 | 72,00                          | Х-5         |
| Второй завтрак | Сок фруктовый абрикосовый индивидуальная упаковка | 200         | 1,00                 | 0,00  | 28,00 | 112,00                         | VI-26       |
| Обед           | Мясо птицы отварное на супы                       | 20          | 3,60                 | 3,70  | 0,10  | 48,20                          | II-3        |
|                | Суп «Снежок»                                      | 250         | 4,0                  | 4,1   | 21,9  | 138,0                          | II-11       |
|                | Мясо тушеное с капустой                           | 300         | 34,0                 | 32,0  | 20,0  | 462,0                          | III-47      |
|                | Компот из замороженной ягоды (смородина)          | 200         | 0,2                  | 0,0   | 10,8  | 43,9                           | VI-18       |
|                | Хлеб 1 сорт                                       | 60          | 4,7                  | 0,6   | 29,0  | 141,0                          | Х-5         |
|                | Хлеб «Отрубной»                                   | 50          | 4,0                  | 1,5   | 22,5  | 119,5                          | Х-5         |
| Полдник        | Булочка промышленного производства                | 60          | 7,68                 | 2,16  | 38,72 | 201,60                         | Х-22        |
|                | Напиток из повидла плодово - ягодного             | 200         | 0,20                 | 0,00  | 27,60 | 110,00                         | VI-28       |
|                | Фрукт (мандарин)                                  | 150         | 1,2                  | 0     | 12,9  | 57,0                           | ХП-3\1      |
| Ужин           | Зелень свежая                                     | 2           | 0,1                  | 0,0   | 0,1   | 0,7                            | ХП-1        |
|                | Помидор парционно                                 | 100         | 0,9                  | 0,0   | 4,2   | 18,0                           | I-5         |
|                | Сосиски отварные                                  | 120         | 11,35                | 27,50 | 2,69  | 308,00                         | III-23      |
|                | Картофель отварной с зеленью                      | 230         | 4,70                 | 10,70 | 41,70 | 279,00                         | IV-23       |
|                | Чай черный с натуральными добавками               | 200         | 0,2                  | 0,0   | 10,0  | 40,0                           | VI-13       |
|                | Хлеб «Минский»                                    | 40          | 3,0                  | 0,4   | 20,4  | 96,0                           | Х-5         |
|                | Хлеб 1 сорт                                       | 60          | 4,7                  | 0,6   | 29,0  | 141,0                          | Х-5         |
| Второй ужин    | Сок фруктовый вишневый                            | 200         | 0,60                 | 0,00  | 37,00 | 144,00                         | VI-26       |
|                | Хлебцы безглютеновые на глюкозе                   | 27          | 1,89                 | 0,54  | 19,71 | 91,80                          | Х-20        |

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой

С.В. Новикова