

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

20 день санаторно-оздоровительного заезда + профильна смена

Дата 25.03.2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с сыром и маслом	30/10/15	4,97	8,01	7,56	122,2	XI-3
	Каша молочная ячневая жидкая	200/5	6,94	10,26	41,9	288,8	VII-11)
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7	VI-8
	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	Сок фруктовый (яблочный) индивидуальная упаковка	200	1,0	0,0	23,4	94,0	VI-26
	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Мясо говядина отварная на супы	15	3,1	0,4	0,0	15,6	II-2
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	5,0	12,1	116,1	II-1
	Биточки из говядины с луком	90	13,7	15,1	7,4	227,5	III-33
	Каша пшеничная вязкая	150	6,6	2,70	28,70	166,00	IV-8
	Компот из плодов сушеных (изюм)	200	1,0	0,0	26,0	104,0	VI-5
	Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5	№ X-5
	Хлеб "Минский"	20	1,5	0,2	10,2	48,0	№ X-5
Полдник	Рулетик с маком	90	7,0	14,6	49,5	345,6	X - 4
	Напиток цитрусовый	200	0,5	0,3	16,8	69,0	VI-9
	Фрукт свежие(мандарин)	150	1,2	0,0	12,9	57,0	XII-3/1
Ужин	Салат «Ромашка»	60	1,0	6,0	9,0	95,0	I-22
	Мясо с овощным соусом	90/45	22,1	21,6	5,6	304,3	III-15
	Макаронные изделия отварные	200	7,36	7,06	47,10	281,40	IV-10
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	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	продукт "Варенец"	200	5,8	5,0	9,0	110,0	VI-1
	Вафли промышленного производства	35					

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой

Н.В. Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

20 день санаторно-оздоровительного заезда + профильна смена

Дата 25.03.2026

Возрастная категория: 11-17лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с сыром и маслом	30/10/20	6,6	10,6	10,0	163,0	XI-3
	Каша молочная ячневая жидкая	250/5	8,68	12,83	52,38	361,00	VII-11)
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7	VI-8
	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	Сок фруктовый яблочный ((индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,0	23,4	94,0	VI-26
Обед	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Мясо говядина отварная на супы	20	4,1	0,5	0,0	20,8	II-2
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,0	6,3	15,1	145,1	II-1
	Биточки из говядины с луком	100	15,25	16,74	8,2	252,5	III-33
	Каша пшеничная вязкая	180	8,8	3,2	38,3	217,0	IV-8
	Компот из плодов сушеных (изюм)	200	1,0	0,0	26,0	104,0	VI-5
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	№ X-5
	Хлеб "Минский"	50	3,8	0,5	25,5	120,0	№ X-5
Полдник	Рулетик с маком	90	7,02	14,58	49,5	345,6	X - 4
	Напиток цитрусовый	200	0,5	0,3	16,8	69	VI-9
	Фрукт свежие(мандарин)	150	1,2	0,0	12,9	57,0	XII-3/1
Ужин	Салат «Ромашка»	100	2,0	10,0	15,0	158,30	I-22
	Мясо с овощным соусом	100/50	24,6	24,1	6,5	358,1	III-15
	Макаронные изделия отварные	230	8,5	8,1	54,2	323,6	IV-10
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29	141	№ X-5
	Хлеб "Бородинский"	40	2,4	0,4	17,6	84	№ X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Варенец"	200	5,8	5,0	9,0	110,0	VI-1
	Вафли промышленного производства	35					

Заведующий медицинским пунктом

Заведующий столовой

Н.А. Гаврилова

Н.В. Аксентьева