

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"  
Е.Н. Дубровский

# МЕНЮ

профильная смена.  
Дата: 25.10.2026 г.

День недели: Воскресенье

Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи  | Наименование блюда                       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|-------------|------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-------------|
|             |                                          |             | Б                    | Ж     | У     |                                |             |
| Завтрак     | Бутерброд с джемом                       | 30/10/20    | 2,93                 | 8,00  | 27,30 | 190,00                         | XI-1        |
|             | Каша пшенная молочная жидкая             | 200/5       | 6,00                 | 6,86  | 28,54 | 200,00                         | VII-7       |
|             | Чай с молоком                            | 200         | 2,80                 | 2,40  | 13,30 | 87,30                          | VI-12       |
|             | Хлеб «Минский»                           | 30          | 2,30                 | 0,30  | 15,30 | 72,00                          | X-5         |
|             | Батон                                    | 30          | 2,40                 | 0,90  | 17,10 | 87,00                          | X-5         |
| Обед        | Мясо птицы отварное на супы              | 15          | 2,70                 | 2,80  | 0,1   | 36,2                           | II-3        |
|             | Суп из овощей                            | 200         | 1,54                 | 4,69  | 10,07 | 95,19                          | II-6        |
|             | Шашлычок из филе цыпленка                | 100         | 20,40                | 9,70  | 1,90  | 172,00                         | III-31      |
|             | Картофельное пюре с морковью             | 150         | 3,75                 | 3,46  | 22,10 | 131,80                         | IV-5/3      |
|             | Компот из плодов или ягод сушеных (изюм) | 200         | 1,0                  | 0,0   | 26,0  | 104,0                          | VI-5        |
|             | Хлеб 1 сорт                              | 50          | 4,00                 | 0,50  | 24,20 | 117,50                         | X-5         |
|             | Хлеб «Бородинский»                       | 20          | 1,20                 | 0,20  | 8,80  | 42,00                          | X-5         |
|             | Чеснок                                   | 2           | 0,13                 | 0,01  | 0,60  | 3,00                           | XII-4       |
| Полдник     | Крендель сахарный                        | 90          | 8,00                 | 11,00 | 59,00 | 358,00                         | X-6         |
|             | Кисель из повидла                        | 200         | 0,2                  | 0,0   | 27,6  | 110,0                          | VI-25       |
|             | Фрукт свежий (виноград)                  | 150         | 0,6                  | 0,0   | 26,3  | 104,0                          | XII-3 1     |
| Ужин        | Зелень свежая                            | 2           | 0,06                 | 0,0   | 0,1   | 0,7                            | XII-1       |
|             | Икра морковная                           | 60          | 1,09                 | 3,64  | 6,53  | 57,36                          | I-3         |
|             | Плов из говядины                         | 250         | 12,8                 | 16,3  | 37,5  | 347,0                          | III-18      |
|             | Чай с сахаром                            | 200         | 0,12                 | 0,0   | 10,04 | 40,64                          | VI-14       |
|             | Хлеб 1 сорт                              | 40          | 3,20                 | 0,14  | 19,30 | 94,00                          | X-5         |
|             | Хлеб "Ржано-пшеничный"                   | 30          | 2,10                 | 0,30  | 15,00 | 72,00                          | X-5         |
| Второй ужин | Кисломолочный продукт "Ряженка"          | 200         | 6,00                 | 5,00  | 8,00  | 100,00                         | VI-1        |
|             | Батончик-мюсли (яблоко)                  | 32          | 1,28                 | 2,56  | 21,8  | 116,8                          | X-20        |

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий производством

Е.А.Налейнина

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"  
Е.Н. Дубровский

**МЕНЮ**  
профильная смена  
Дата: 25.10.2026 г.

День недели: **Воскресенье**

Возрастная категория: 12-17 лет

| Прием пищи  | Наименование блюда                       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|-------------|------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-------------|
|             |                                          |             | Б                    | Ж     | У     |                                |             |
| Завтрак     | Бутерброд с джемом                       | 30/10/20    | 2,93                 | 8,00  | 27,30 | 190,00                         | XI-1        |
|             | Каша пшенная молочная жидкая             | 250/5       | 7,70                 | 8,70  | 36,40 | 254,70                         | VII-7       |
|             | Чай с молоком                            | 200         | 2,80                 | 2,40  | 13,30 | 87,30                          | VI-12       |
|             | Хлеб «Минский»                           | 30          | 2,30                 | 0,30  | 15,30 | 72,00                          | X-5         |
|             | Батон                                    | 50          | 4,00                 | 1,50  | 28,50 | 145,00                         | X-5         |
| Обед        | Мясо птицы отварное на супы              | 20          | 3,60                 | 3,70  | 0,1   | 478,2                          | II-3        |
|             | Суп из овощей                            | 250         | 1,93                 | 5,86  | 12,6  | 115,0                          | II-6        |
|             | Шашлычок из филе цыпленка                | 120         | 24,50                | 11,40 | 2,30  | 206,60                         | III-31      |
|             | Картофельное пюре с морковью             | 200         | 5,00                 | 4,62  | 29,46 | 175,78                         | IV-5/3      |
|             | Компот из плодов или ягод сушеных (изюм) | 200         | 1,0                  | 0,0   | 26,0  | 104,0                          | VI-5        |
|             | Хлеб 1 сорт                              | 60          | 4,70                 | 0,60  | 29,00 | 141,00                         | X-5         |
|             | Хлеб «Бородинский»                       | 50          | 3,00                 | 0,50  | 22,00 | 105,00                         | X-5         |
|             | Чеснок                                   | 2           | 0,13                 | 0,01  | 0,60  | 3,00                           | XII-4       |
| Полдник     | Крендель сахарный                        | 90          | 8,00                 | 11,00 | 59,00 | 358,00                         | X-6         |
|             | Кисель из повидла                        | 200         | 0,2                  | 0,0   | 27,6  | 110,0                          | VI-25       |
|             | Фрукт свежий (виноград)                  | 150         | 0,6                  | 0,0   | 26,3  | 104,0                          | XII-3 1     |
| Ужин        | Зелень свежая                            | 2           | 0,06                 | 0,0   | 0,1   | 0,7                            | XII-1       |
|             | Икра морковная                           | 100         | 2,27                 | 7,57  | 13,62 | 119,59                         | I-3         |
|             | Плов из говядины                         | 300         | 15,3                 | 19,6  | 45,0  | 418,0                          | III-18      |
|             | Чай с сахаром                            | 200         | 0,12                 | 0,0   | 10,04 | 40,64                          | VI-14       |
|             | Хлеб 1 сорт                              | 60          | 4,70                 | 0,60  | 29,00 | 141,00                         | X-5         |
|             | Хлеб "Ржано-пшеничный"                   | 40          | 2,80                 | 0,40  | 20,00 | 96,00                          | X-5         |
| Второй ужин | Кисломолочный продукт "Ряженка"          | 200         | 6,00                 | 5,00  | 8,00  | 100,00                         | VI-1        |
|             | Батончик-мюсли (яблоко)                  | 32          | 1,28                 | 2,56  | 21,8  | 116,8                          | X-20        |

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий производством

Е.А.Налейнина