

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСО ПКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

26 Февраля 2026 года

(16 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-3 VIII-1 VI-6 X-5 X-5	Завтрак	Бутерброд с сыром и маслом Омлет натуральный Кофейный напиток с молоком Батон подмосковный Хлеб ржано-пшеничный	30/10/15 150 200 30 30	4,97 13,43 2,8 2,3 2,1	8,01 20,81 3,2 1,0 0,3	7,56 3,5 14,7 12,4 15,3	122,2 255,09 98,7 78,3 72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый виноградный (индивидуальная упаковка)	200	0,6	-	37,0	144,0
II-5 III-9 IV-2 VI-5 X-5 X-5 XII-1	Обед	Солянка сборная мясная Котлета рубленая из мяса птицы с сыром Капуста тушеная Компот из плодов сушеных (курага) Хлеб 1 сорт Хлеб Прибалтийский Зелень свежая	200 100 150 200 50 30 2	5,5 22,0 3,9 1,0 4,0 2,1 0,0	8,1 7,0 4,8 0,0 0,5 0,3 -	10,4 16,0 20,2 26,0 24,2 15,0 0,2	135,6 293,0 130,7 104,0 117,5 72,0 0,8
X-9 VI-9 XII-3	Полдник	Печенье сдобное промышленного производства Напиток цитрусовый Фрукт (яблоко)	35 200 200	3,4 0,5 0,8	7,4 0,3 0	28,8 16,8 22,6	195,0 69,0 92
I-14 III-41 VI-16 X-5 X-5	Ужин	Свекла отварная Говядина с овощами и Булгуром Чай черный с лимоном Хлеб Бородинский Хлеб 1 сорт	60 250 200 20 40	1,0 36,0 0,7 1,2 3,2	3,0 15,0 0,01 0,2 0,4	7,0 47,0 10,3 8,8 19,3	58,0 470,0 41,62 42,0 94,0
VI-1 X-3	2 ужин	Кисломолочный продукт «Варенец» Хлебцы безглютеновые на фруктозе (малина-клубника)	200 27	5,8	5,0	9,0	110,0

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В. Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДООЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

26 февраля 2026 года

(16 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-3	Завтрак	Бутерброд с сыром и маслом	30/10/20	6,6	10,6	10	163
VIII-1		Омлет натуральный	200	18	27,7	4,7	340,1
VI-6		Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон подмосковный	50	3,8	1,5	25,7	131,0
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,3	1,0	12,4	78,3
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый виноградный (индивидуальная упаковка)	200	0,6	-	37,0	144,0
II-5	Обед	Солянка сборная мясная	250	6,8	10,2	13,0	170,0
III-9		Котлета рубленая из мяса птицы с сыром	120	26,4	8,4	19,2	351,6
IV-2		Капуста тушеная	200	5,2	6,5	26,9	174,3
VI-5		Компот из плодов сушеных (курага)	200	1,0	0,0	26,0	104,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
X-5		Хлеб Прибалтийский	50	3,5	0,5	25,0	120,0
XII-1		Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
X-9	Полдник	Печенье сдобное промышленного производства	35	3,4	7,4	28,8	195,0
VI-9		Напиток цитрусовый	200	0,5	0,3	16,8	69,0
XII-3		Фрукт (яблоко)	200	0,8	0	22,6	92
I-14	Ужин	Свекла отварная	100	1,6	5,0	11,6	96,6
III-41		Говядина с овощами и Булгуром	300	44,0	18,0	57,0	565,0
VI-16		Чай черный с лимоном	200	0,7	0,01	10,3	41,62
X-5		Хлеб Бородинский	40	2,4	0,4	17,6	84,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Варенец»	200	5,8	5,0	9,0	110,0
X-3		Хлебцы безглютеновые на фруктозе (малина-клубника)	27				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева