

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

## МЕНЮ

27 февраля 2026 года

(17 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

| № рецептуры   | Прием пищи   | Наименование блюд                                   | Выход блюда | Б     | Ж    | У     | Калорийность |
|---------------|--------------|-----------------------------------------------------|-------------|-------|------|-------|--------------|
| XI-2<br>VII-8 | Завтрак      | Бутерброд с колбасой                                | 30/15       | 5,45  | 5,6  | 16,2  | 147          |
|               |              | Каша рисовая молочная жидкая с маслом               | 200/5       | 5,1   | 6,6  | 32,6  | 210,1        |
| VI-2          |              | Какао с молоком                                     | 200         | 3,8   | 3,9  | 15,95 | 113,9        |
| X-5           |              | Батон                                               | 30          | 2,3   | 1,0  | 12,4  | 78,3         |
| X-5           |              | Хлеб ржано-пшеничный                                | 30          | 2,1   | 0,3  | 15,3  | 72,0         |
| VI-26         | 2<br>Завтрак | Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка) | 200         | 0,4   | -    | 24,0  | 100,0        |
| II-2          | Обед         | Мясо говядина отварная на супы                      | 15          | 3,1   | 0,4  | -     | 15,6         |
| II-1          |              | Борщ с капустой и картофелем                        | 200         | 1,7   | 5,0  | 12,1  | 116,1        |
| III-1         |              | Азу из говядины                                     | 90/55       | 30,0  | 16,0 | 7,0   | 292,0        |
| IV-7          |              | Каша перловая рассыпчатая                           | 150         | 1,4   | 4,5  | 11,1  | 88,2         |
| VI-25         |              | Кисель из повидла, джема, варенья                   | 200         | 0,2   | -    | 27,6  | 110,0        |
| X-5           |              | Хлеб 1 сорт                                         | 50          | 4,0   | 0,5  | 24,2  | 117,5        |
| X-5           |              | Хлеб Отрубной                                       | 30          | 2,4   | 0,9  | 13,5  | 71,7         |
| XII-3         |              | Чеснок свежий                                       | 2           | 0,1   | 0,0  | 0,6   | 3,0          |
| XII-1         |              | Зелень свежая                                       | 2           | 0,0   | -    | 0,2   | 0,8          |
| IX-4          | Полдник      | Сырники из творога со сгущенным молоком             | 140/25      | 19    | 13   | 38    | 333          |
| VI-7          |              | Напиток из шиповника                                | 200         | 0     | -    | 11,01 | 46,87        |
| XII-3         |              | Фрукт (мандарин)                                    | 150         | 1,2   | 0    | 12,9  | 57           |
| I-16          | Ужин         | Салат Веснушка                                      | 60          | 1,02  | 3,06 | 7,56  | 60           |
| III-7         |              | Котлета Пермская                                    | 90          | 12,78 | 7,56 | 8,55  | 154          |
| IV-23         |              | Картофель отварной с зеленью                        | 200         | 3,1   | 7    | 27,2  | 182          |
| VI-14         |              | Чай зеленый с сахаром                               | 200         | 0,1   | -    | 10,0  | 40,6         |
| X-5           |              | Хлеб Прибалтийский                                  | 20          | 1,2   | 0,2  | 8,8   | 42,0         |
| X-5           |              | Хлеб 1 сорт                                         | 40          | 3,2   | 0,4  | 19,3  | 94,0         |
| VI-1          | 2 ужин       | Кисломолочный продукт «Йогурт»                      | 200         | 5,6   | 5    | 22    | 156          |
| X-3           |              | Печенье овсяное промышленного производства          | 35          |       |      |       |              |

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

## МЕНЮ

27 февраля 2026 года

(17 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

| № рецептуры                                                            | Прием пищи   | Наименование блюд                                                                                                                                                                                                               | Выход блюда                                             | Б                                                            | Ж                                                        | У                                                              | Калорийность                                                           |
|------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| XI-2<br>VII-8<br>VI-2<br>X-5<br>X-5                                    | Завтрак      | Бутерброд с колбасой<br>Каша рисовая молочная жидкая с маслом<br>Какао с молоком<br>Батон<br>Хлеб ржано-пшеничный                                                                                                               | 30/20<br>250/5<br>200<br>50<br>30                       | 6,2<br>5,1<br>3,8<br>3,8<br>2,4                              | 8,5<br>6,6<br>3,9<br>1,5<br>0,9                          | 16,2<br>32,6<br>15,95<br>25,7<br>13,5                          | 166,0<br>210,1<br>113,9<br>131,0<br>71,7                               |
| VI-26                                                                  | 2<br>Завтрак | Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)                                                                                                                                                                             | 200                                                     | 0,4                                                          | -                                                        | 24,0                                                           | 100,0                                                                  |
| II-2<br>II-1<br>III-1<br>IV-7<br>VI-25<br>X-5<br>X-5<br>XII-3<br>XII-1 | Обед         | Мясо говядина отварная на супы<br>Борщ с капустой и картофелем<br>Азу из говядины<br>Каша перловая рассыпчатая<br>Кисель из повидла, джема, варенья<br>Хлеб 1 сорт<br>Хлеб Отрубной<br>Чеснок свежий порционно<br>Зелень свежая | 20<br>250<br>100/61<br>180<br>200<br>60<br>50<br>2<br>2 | 4,1<br>2,0<br>30,0<br>1,4<br>0,2<br>4,0<br>2,4<br>0,1<br>0,0 | 0,5<br>6,3<br>16,0<br>4,5<br>-<br>0,5<br>0,9<br>0,0<br>- | -<br>15,1<br>7,0<br>11,1<br>27,6<br>24,2<br>13,5<br>0,6<br>0,2 | 20,8<br>145,1<br>292,0<br>88,2<br>110,01<br>77,5<br>71,7<br>3,0<br>0,8 |
| IX-4<br>VI-7<br>XII-3                                                  | Полдник      | Сырники из творога со сгущенным молоком<br>Напиток из шиповника<br>Фрукт (мандарин)                                                                                                                                             | 140/25<br>200<br>150                                    | 19<br><br>1,2                                                | 13<br>-<br>0                                             | 38<br>11,01<br>12,9                                            | 333<br>46,87<br>57                                                     |
| I-16<br>III-7<br>IV-23<br>VI-14<br>X-5<br>X-5                          | Ужин         | Салат Веснушка<br>Котлета Пермская<br>Картофель отварной с зеленью<br>Чай зеленый с сахаром<br>Хлеб Прибалтийский<br>Хлеб 1 сорт                                                                                                | 100<br>100<br>230<br>200<br>40<br>60                    | 1,02<br>12,78<br>3,1<br>0,1<br>1,2<br>3,2                    | 3,06<br>7,56<br>7<br>-<br>0,2<br>0,4                     | 7,56<br>8,55<br>27,2<br>10,0<br>8,8<br>19,3                    | 60<br>154<br>182<br>40,6<br>42,0<br>94,0                               |
| VI-1<br>X-3                                                            | 2 ужин       | Кисломолочный продукт «Йогурт»<br>Печенье овсяное промышленного производства                                                                                                                                                    | 200<br>35                                               | 5,6<br><br>                                                  | 5<br><br>                                                | 22<br><br>                                                     | 156<br><br>                                                            |

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева