

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСО ЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

Каникулярная смена

29 марта 2026

День недели: воскресенье

Возрастная категория: 11-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Обед	Зелень свежая	2	0,06	0,00	0,10	0,70	XII-1
	Огурец свежий порционно	100	0,80	0,00	2,50	14,00	I-5
	Мясо птицы отварное для супов	20	3,60	3,70	0,10	48,20	II-3
	Суп пюре из разных овощей	250	2,89	5,00	13,03	108,65	II-10
	Гренки из пшеничного хлеба	30,0	0,40	0,10	2,30	11,30	XII-5
	Филе куриное, тушеное в соусе с овощами	100/50	33,00	19,00	6,00	332,00	III-40
	Рис припущенный	180	4,40	6,50	45,20	300,00	IV-13-1
	Компот из замороженных ягод (вишня)	200	0,25	0,00	16,00	59,34	VI-4
	Хлеб «Бородинский»	50	3,00	0,50	22,00	105,00	№ X-5
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	№ X-5
Полдник	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой	50	2,50	11,70	20,40	196,20	X -7
	Напиток цитрусовый (апельсин)	200	0,5	0,3	16,8	69,0	VI-9
	Фрукт свежие (яблоко)	200	0,80	0,00	22,60	92,00	XII-3/1
Ужин	Салат из зеленого горошка	100	5,00	13,00	5,00	154,00	I-27
	Биточки из говядины с луком	100	15,25	16,74	8,20	252,50	III-33
	Картофель отварной с зеленью	230	4,7	10,7	41,7	279,0	IV-23
	Чай черный с имбирем	200	0,2	0,1	9,75	40,0	VI-15
	Хлеб «Минский»	40	3	0,4	20,4	96	X-5
	Хлеб 1 сорт	50	4	0,5	24,2	117,5	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	5,6	5,0	22,4	158,0	VI-1
	Пряник промышленного произво	35					

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий столовой

Н.В. Аксентьева