УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДОЛКД "Пионер"
М.В. Кумпицкая

МЕНЮ

6 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 29. **06.2026** г.

День недели: ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: **7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром "Хохланд" треугольники	30\10\17,5	4,56	7,50	7,30	115,00	XI-3(2)
	Омлет натуральный	150	13,43	20,81	3,50	255,09	VIII-1
	Чай с молоком	200	2,80	2,40	13,30	87,30	VI-12
	Хлеб «Ржано-пшеничный»	30	2,10	0,30	15,00	72,00	X-5
	Батон	30	2,40	0,90	0,90	17,10	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый вишневый (в индивидуальной упаковке)	200	1,40	0,00	24,40	106,00	VI-26
Обед	Мясо птицы отварное на супы	15	2,70	2,80	0,10	36,20	II-3
	Суп пюре из разных овощей	200	2,30	4,00	10,41	86,92	II-10
	Гренки из пшеничного хлеба	30	0,40	0,10	2,30	11,30	XII-5
	Котлеты рубленные из курицы п/ф	90	13,37	1,82	12,82	117,60	III-58
	Бобовые отварные	150	17,90	5,00	37,20	265,00	IV-1
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм) лето	200	1,40	0,00	29,00	119,40	VI -19
	Хлеб 1 сорт	30	2,40	0,30	14,60	70,50	X-5
	Хлеб «Отрубной»	20	1,60	0,60	9,00	47,80	X-5
Полдник	Сырники из творога со сгущенным молоком	140/25	9,00	16,00	33,00	307,00	IX-4
	Напиток из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,78	27,09	VI-30
	Фрукт (нектарин) 2 смена	150	1,40	0,00	15,60	66,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,06	0,00	0,10	0,70	XII-1
	Салат из свежих огурцов	60	0,42	6,00	1,80	62,10	I-7
	Гуляш из говядины	90\45	25,30	28,00	7,80	421,00	III-3
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,82	3,60	30,00	242,50	IV-6
	Чай с лимоном	200	0,70	0,01	10.3	41,62	VI-16
	Хлеб «Бородинский»	30	1,80	0,30	13,20	63,00	X-5
	Хлеб 1 сорт	30	2,40	0,30	14,60	70,50	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Варенец»	200	5,80	5,00	9,00	110,00	VI-1
	Вафли промышленного производства	35	1,20	0,98	28,03	119,70	X-3

Заведующий медицинским пунктом Н.А. Гаврилова

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДОЛКД "Пионер"
М.В. Кумпицкая

МЕНЮ

6 день санаторно-оздоровительного заезда
Дата: 29.06.2026 г.

День недели: ПОНЕДЕЛЬНИК

Возрастная категория: **12-17лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром "Хохланд" треугольники	30\10\17,5	4,56	7,50	7,30	115,00	XI-3(2)
	Омлет натуральный	200	18,00	27,70	4,70	340,10	VIII-1
	Чай с молоком	200	2,80	2,40	13,30	87,30	VI-12
	Хлеб «Ржано-пшеничный»	30	4,00	1,50	28,50	145,00	X-5
	Батон	50	2,10	0,30	15,00	72,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый вишневый (в индивидуальной упаковке)	200	1,40	0,00	24,40	106,00	VI-26
Обед	Мясо птицы отварное на супы	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	0,40	0,10	2,30	11,30	XII-5
	Котлеты рубленные из курицы п/ф	100	14,85	2,02	14,24	130,67	III-58
	Бобовые отварные	180	21,50	6,00	44,60	318,00	IV-1
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм) лето	200	1,40	0,00	29,00	119,40	VI -19
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	X-5
	Хлеб «Отрубной»	50	4,00	1,50	22,50	119,50	X-5
Полдник	Сырники из творога со сгущенным молоком	140/25	9,00	16,00	33,00	307,00	IX-4
	Напиток из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,78	27,09	VI-30
	Фрукт (нектарин) 2 смена	150	1,40	0,00	15,60	66,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,06	0,00	0,10	0,70	XII-1
	Салат из свежих огурцов	100	0,72	10,08	3,00	103,60	I-7
	Гуляш из говядины	100\50	31,60	35,00	8,40	452,00	III-3
	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,90	4,30	36,00	291,00	IV-6
	Чай с лимоном	200	0,70	0,01	10,30	41,62	VI-16
	Хлеб «Бородинский»	40	2,40	0,40	17,60	84,00	X-5
	Хлеб 1 сорт	50	4.0	0.5	24,20	117.5	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Варенец»	200	5,80	5,00	9,00	110,00	VI-1
	Вафли промышленного производства	35	1,20	0,98	28,03	119,70	X-3

Заведующий медицинским пунктом Н.А. Гаврилова