УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
_____ Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

10 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 30.10.2026 г.

День недели: **Пятница** Возрастная категория: **7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66,00	XII-2
	Яйцо вареное	1\40	5,08	4,60	0,28	62,80	VIII-3
	Каша овсяная из "Геркулеса" молочная жидкая	200/5	6,33	8,90	25,49	207,38	VII-6
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,90	VI-2
	Хлеб "Минский"	30	2,30	0,30	15,30	72,00	X-5
	Батон	60	4,80	1,80	34,20	174,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый персиковый (индивидуальная упаковка)	200	0,60	0,00	33,60	130,00	VI-26
Обед	Мясо говядины отварное на супы	15	3,10	0,40	0,00	15,60	II-2
	Рассольник Ленинградский	200	4,00	9,00	25,90	120,00	II-4
	Филе куринное в соусе с овощами	90/45	29,65	16,74	5,76	298,38	III-40
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	5,30	35,33	211,00	IV-10
	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,48	0,25	26,81	110,96	VI-23
	Хлеб 1 сорт	50	4,00	0,50	24,20	117,50	X-5
	Хлеб "Отрубной"	20	1,60	0,60	9,00	47,80	X-5
Полдник	Бантик из слоеного теста с сахарной пудрой	50	2,5	11,7	20,4	196,2	X-7
	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	11,01	46,87	VI-7
	Фрукт свежий (слива)	150	1,20	0,00	14,90	65,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,06	0,00	0,10	0,70	XII-1
	Салат из перца сладкого	60	0,60	4,90	6,00	70,30	I-24
	Котлета "Особая"	90	9,45	11,9	26,8	326,30	III-12
	Рагу из овощей	200	3,92	11,20	22,57	205,90	IV-12
	Чай черный с имбирем	200	0,24	0,12	9,75	40,00	IV-15
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	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
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21	154	X-3

Заведующий медицинским пунктом Н.А. Гаврилова

Заведующий производством Е.А.Налейкина

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
_____ Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

10 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 30.10.2026 г.

День недели: **Пятница** Возрастная категория: 12-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66,00	XII-2
	Яйцо вареное	1\40	5,08	4,60	0,28	62,80	VIII-3
	Каша овсяная из "Геркулеса" молочная жидкая	250/5	7,80	11,10	31,70	258,00	VII-6
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,90	VI-2
	Хлеб "Минский"	30	2,30	0,30	15,30	72,00	X-5
	Батон	80	6,40	2,40	45,60	232,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый персиковый (индивидуальная упаковка)	200	0,60	0,00	33,60	130,00	VI-26
Обед	Мясо говядины отварное на супы	20	4,10	0,50	0,00	20,80	II-2
	Рассольник Ленинградский	250	5,00	11,30	32,40	150,00	II-4
	Филе куринное в соусе с овощами	100/50	32,95	18,60	6,40	331,55	III-40
	Макаронные изделия отварные	180	7,00	7,00	43,00	261,00	IV-10
	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,48	0,25	26,81	110,96	VI-23
	Хлеб 1 сорт	60	4,70	0,60	29,00	141,00	X-5
	Хлеб "Отрубной"	50	4,00	1,50	22,50	119,50	X-5
Полдник	Бантик из слоеного теста с сахарной пудрой	50	2,5	11,7	20,4	196,2	X-7
	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	11,01	46,87	VI-7
	Фрукт свежий (слива)	150	1,20	0,00	14,90	65,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,06	0,00	0,10	0,70	XII-1
	Салат из перца сладкого	100	0,90	8,20	10,00	117,00	I-24
	Котлета "Особая"	100	10,5	13,2	29,8	362,60	III-12
	Рагу из овощей	230	4,50	12,88	25,96	236,79	IV-12
	Чай черный с имбирем	200	0,24	0,12	9,75	40,00	IV-15
	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
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21	154	X-3

Заведующий медицинским пунктом Н.А. Гаврилова

Заведующий производством Е.А.Налейкина