

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

15 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 31.07.2026 г.

День недели: Пятница

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутердрод с маслом и сыром "Хохланд" треугольники	30/10/17,5	4,56	7,50	7,30	115,00	XI-3(2)
	Каша "Дружба"	200/5	6,6	8,3	35,1	241,0	VII-1
	Чай с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3	VI-12
	Хлеб "Ржано -пшеничный"	30	2,10	0,30	15,00	72,00	X-5
	Батон	30	2,40	0,90	17,10	87,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)	200	0,4	0,0	24,0	100,0	VI-26
Обед	Мясо говядина отварная на супы	15	3,1	0,4	0,0	15,6	II-2
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	5,0	12,1	116,1	II-1
	Котлета рубленая из мяса птицы с сыром	100	22,0	7,0	16,0	293,0	III-9
	Каша пшеничная рассыпчатая "Булгур"	150	3,9	4,8	37,6	210,0	IV-9
	Соус Томатный	50	0,3	1,8	2,6	28,1	V-3
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,20	0,00	15,20	67,00	VI-19
	Хлеб 1 сорт	50	4,00	0,50	24,20	117,50	X-5
	Хлеб "Бородинский"	20	1,20	0,20	8,80	42,00	X-5
Полдник	Булочка промышленного производства	60	7,68	2,16	38,72	201,60	X-22
	Напиток из шиповника	200	0,0	0,0	11,0	46,9	VI-7
	Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Помидор порционно	60	0,5	0,0	2,5	10,8	I-5
	Мясо с овощным соусом	90/45	22,1	21,6	5,6	304,3	III-15
	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,3	35,3	211,0	IV-10
	Чай "Каркаде"	200	0,10	0,00	10,00	40,00	VI-11
	Хлеб "Минский"	30	2,30	0,30	15,30	72,00	X-5
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Ряженка"	200	6,00	5,0	8,00	100,00	VI-1
	Печенье сдобное промышленного производства	35	2,8	10,1	21	168	X-3

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий производством

Е.А.Налейкина

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДС ОЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

15 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 31.07.2026 г.

День недели: Пятница

Возрастная категория: 12-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутердрод с маслом и сыром "Хохланд" треугольники	30/10/17,5	4,56	7,50	7,30	115,00	XI-3(2)
	Каша "Дружба"	250/5	8,2	10,4	43,9	301,4	VI-1
	Чай с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3	VI-12
	Хлеб "Ржано -пшеничный"	30	2,1	0,3	15,0	72,0	X-5
	Батон	50	2,4	0,9	17,1	87,0	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)	200	0,4	0,0	24,0	100,0	VI-26
Обед	Мясо говядина отварная на супы	20	4,1	0,5	0,0	20,8	II-2
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,0	6,3	15,1	145,1	II-1
	Котлета рубленая из мяса птицы с сыром	120	26,4	8,4	19,2	351,6	III-9
	Каша пшеничная рассыпчатая "Булгур"	180	4,7	5,8	45,0	252,0	IV-9
	Соус Томатный	50	0,3	1,8	2,6	28,1	V-3
	Компот из плодов или ягод (сушеных курага)	200	1,20	0,00	15,20	67,00	VI-19
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	X-5
	Хлеб "Бородинский"	50	3,0	0,5	22,0	105,0	X-5
Полдник	Булочка промышленного производства	60	7,68	2,16	38,72	201,60	X-22
	Напиток из шиповника	200	0,0	0,0	11,0	46,9	VI-7
	Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,10	0,00	0,10	0,70	XII-1
	Помидор порционно	100	0,90	0,00	4,20	18,00	I-5
	Мясо с овощным соусом	100/50	24,6	24,1	6,5	358,1	III-15
	Макаронные изделия отварные	180	7,0	7,0	43,0	261,0	IV-10
	Чай "Каркаде"	200	0,10	0,00	10,00	40,00	VI-11
	Хлеб "Минский"	40	3,0	0,4	20,4	96,0	X-5
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Ряженка"	200	6,00	5,0	8,00	100,00	VI-1
	Печенье сдобное промышленного производства	35	2,8	10,1	21	168	X-3

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий производством

Е.А.Налейкина