

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

06 марта 2026 года

(1 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XII-2 VIII-1 VI-14 X-5 X-5	Завтрак	Масло сливочное порционно Омлет натуральный Чай черный с сахаром Батон Хлеб ржано-пшеничный	10 150 200 60 30	0,1 13,43 0,1 4,6 2,1	7,2 20,81 0,0 1,8 0,3	0,1 3,5 10,0 30,8 15,3	66 255,09 40,6 157,2 72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,2	20,2	92,0
I-5 II-3 II-10 XII-5 III-40 IV-13 VI-4 X-5 X-5 XII-1	Обед	Огурец свежий порционно Мясо птицы отварное на супы Суп пюре из разных овощей Гренки из пшеничного хлеба Филе куриное тушеное в соусе с овощами Рис припущенный Компот из замороженных ягод (вишня) Хлеб 1 сорт Хлеб Бородинский Зелень свежая	60 15 200 30 90/45 150 200 50 30 2	0,48 2,7 2,3 0,4 30,0 3,7 0,3 4,0 1,8 0,0	0 2,8 4 0,0 17,0 5,4 0,0 0,5 0,3 -	1,5 0,1 10,41 2,3 6,0 37,719 16,0 24,2 13,2 0,2	8,4 36,2 86,92 11,3 298,021 5,0 59,3 117,5 63,0 0,8
X-7 VI-9 XII-3	Полдник	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой Напиток цитрусовый(апельсин) Фрукт свежий (яблоко)	50 200 200	2,5 0,5 0,8	11,7 0,3 0,0	20,4 16,8 22,6	196,2 69 92,0
I-27/1 II-33 IV-23 VI-15 X-5 X-5	Ужин	Салат из зеленого горошка Биточек из говядины с луком Картофель отварной с зеленью Чай черный с имбирем Хлеб Минский Хлеб 1 сорт	60 90 200 200 20 40	1,12 13,73 4,1 0,2 	3,75 15,06 9,3 0,1 	6,22 7,38 36,3 9,8 	66,42 227,5 243,0 40,0
VI-1 X-3	2 ужин	Кисломолочный продукт Снежок Пряник промышленного производства	200 35	5,6 	5,0 	22,4 	158,0

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

06 марта 2026 года

(1 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
ХП-2 VIII-2 VI-14 Х-5 Х-5	Завтрак	Масло сливочное порционно Омлет натуральный Чай черный с сахаром Батон Хлеб ржано-пшеничный	10 200 200 80 30	0,1 18 0,1 6,0 2,1	7,2 27,7 0,0 2,3 0,3	0,1 4,7 10,0 41,1 15,0	66,0 340,1 40,6 209,6 72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,2	20,2	92,0
I-5 II-3 II-10 ХП-4 III-40 IV-13 VI-4 Х-5 Х-5 ХП-3	Обед	Огурец свежий порционно Мясо птицы отварное на супы Суп пюре из разных овощей Гренки из пшеничного хлеба Филе куриное тушеное в соусе с овощами Рис припущенный Компот из замороженных ягод (вишня) Хлеб 1 сорт Хлеб Бородинский Зелень свежая	100 20 250 30 100/50 180 200 50 40 2	0,8 3,6 2,89 0,4 33,0 4,4 0,3 4,0 1,8 0,0	0,0 3,7 5 0,0 19,0 6,5 0,0 0,5 0,3 -	2,5 0,1 13,03 2,3 6,0 45,2 16,0 24,2 13,2 0,2	14,0 48,2 108,65 11,3 332,0 300,0 59,3 117,5 63,0 0,8
Х-7 VI-9 ХП-3	Полдник	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой Напиток цитрусовый(апельсин) Фрукт свежий (яблоко)	50 200 200	2,5 0,5 0,8	11,7 0,3 0,0	20,4 16,8 22,6	196,2 69 92,0
I-27/1 II-33 IV-23 VI-15 Х-5 Х-5	Ужин	Салат из зеленого горошка Биточек из говядины с луком Картофель отварной с зеленью Чай черный с имбирем Хлеб Минский Хлеб 1 сорт	100 100 230 200 40 50	1,12 15,25 4,7 0,2 3,0 4,7	3,75 16,74 10,7 0,1 0,4 0,6	6,22 8,2 41,7 9,8 20,4 29,0	66,42 252,5 279,0 40,0 96,0 141,0
VI-1 Х-3	2 ужин	Кисломолочный продукт Снежок Пряник промышленного производства	200 35	5,6	5,0	22,4	158,0

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева