

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДССОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

08 марта 2026 года

(3 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с джемом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
VII-10		Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	200/5	5	4	37	192
VI-8		Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
X-5		Хлеб «Бородинский»	30				
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)	200	0,4	-	24,0	100,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-8		Солянка сборная мясная	200	10,57	3,29	5,36	93,0
III-22		Филе куриное(красное мясо), запеченное в сметане	100	19,6	4,2	10,8	139,0
IV-10		Макаронные изделия отварные	150	7,0	7,0	47,0	290,0
VI-4		Компот из замороженных ягод(клубника)	200	0,3	0,0	16,0	59,3
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5
X-5		Хлеб Отрубной	20	1,8	0,3	13,2	63,0
XII-4		Лук репчатый	3	0,4		0,3	4,2
X-19	Полдник	Колбасные изделия запеченные в слоеном тесте	110	25,0	6,4	17,9	234,0
VI-7		Напиток из шиповника	200		-	11,0	46,9
XII-3		Фрукт свежий (мандарин)	150	1,2	0,0	12,0	57,0
I-7	Ужин	Салат из свежих огурцов	60	0,42	6	1,8	62,1
III-41		Пельмени отварные с маслом	220/5	36,0	15,0	47,0	470,0
VI-13		Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0
X-5		Хлеб Прибалтийский	30	1,8	0,3	13,2	63,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
X-3		Зефир в шоколаде	54				
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	5,6	5,0	22,0	156,0
X-3		Печенье сахарное промышленного производства	35				

Заведующий медицинским пунктом

Заведующий столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛЖД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

08 марта 2026 года

(3 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1 VII-10	Завтрак	Бутерброд с джемом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
		Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	250/5	5,0	4,0	37,0	192,0
VI-8		Кофейный напиток с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)	200	0,4	-	24,0	100,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-8		Солянка сборная мясная	250	10,57	3,29	5,36	93,0
III-22		Филе куриное (красное мясо) запеченное в сметане	120	19,6	4,2	10,8	139,0
IV-10		Макаронные изделия отварные	200	7,0	7,0	47,0	290,0
VI-4		Компот из замороженных ягод (клубника)	200	0,3	0,0	16,0	59,3
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
X-5		Хлеб Отрубной	50	4,0	1,5	22,5	119,5
XII-4		Лук репчатый порционно	3	0,4	0	0,3	4,2
X-19	Полдник	Колбасные изделия запеченные в слоеном тесте	110	24,0	7,6	24,5	241,0
VI-7		Напиток из шиповника	200	0	-	11,0	46,9
XII-3		Фрукт свежий (мандарин)	150	1,2	0,0	12,0	57,0
I-7	Ужин	Салат из свежих огурцов	100	0,72	10,08	3,0	103,6
III-41		Пельмени отварные с маслом	250/5	44,0	18,0	57,0	565,0
VI-13		Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0
X-5		Хлеб Прибалтийский	40	3,0	0,4	20,4	96,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	5,6	0,7	33,8	164,5
X-3		Зефир в шоколаде	54				
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	5,6	5,0	22,0	156,0
X-3		Печенье овсяное промышленного производства	35				

Заведующий медицинским пунктом

Заведующий столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева