

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСФЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

12 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 19.08.2026 г.

День недели: среда

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66	ХП-2
	Каша рисовая молочная с маслом	200/5	5,1	6,6	32,6	210,1	ВП-8
	Чай с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3	ВП-12
	Хлеб Ржано - пшеничный	30	2,10	0,30	15,00	72,00	Х-5
	Батон	60	4,80	1,80	34,20	174,00	Х-5
Второй завтрак	Сок фруктовый (вишневый) индивидуальная упаковка	200	1,4	0,0	24,4	106,0	VI-26
Обед	Мясо говядина отварная на супы	15	3,10	0,40	0,00	15,60	П-2
	Рассольник ленинградский	200	4,00	9,00	25,90	120,00	П-4
	Котлета "Пермская" п/ф	90	11,78	7,56	8,55	154,00	Ш-56
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,82	3,60	30,00	242,50	IV-6
	Соус Томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,07	V-3
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1,40	0,00	29,00	119,40	VI-19
	Хлеб 1 сорт	50	4,00	0,50	24,20	117,50	Х-5
Полдник	Хлеб "Отрубной"	20	1,60	0,60	9,00	47,80	Х-5
	Подушечки шоколадные	35	2,5	5,6	22,8	157,5	Х-3
	Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	117,0	VI-27
Ужин	Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0	ХП-3/1
	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	ХП-1
	Помидор порционно	60	0,50	0,00	2,50	10,80	I-5
	Филе куриное, тушеное в соусе с овощами	90/45	30,00	17,00	6,00	298,00	Ш-40
	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,3	35,3	211,0	IV-10
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	Хлеб "Бородинский"	30	1,80	0,30	13,20	63,00	Х-5
Второй ужин	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	Х-5
	Кисломолочный продукт "Снежок"	200	5,6	5,0	22,4	158,0	VI-1
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21	154	Х-3

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий производством

Е.А.Налейкина

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

12 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 19.08.2026 г.

День недели: среда

Возрастная категория: 12-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66	ХП-2
	Каша рисовая молочная с маслом	250/5	6,40	7,40	40,20	252,60	ВП-8
	Чай с молоком	200	2,80	2,40	13,30	87,30	ВП-12
	Хлеб "Ржано - пшеничный"	30	2,10	0,30	15,00	72,00	Х-5
	Батон	80	6,40	2,40	45,60	232,00	Х-5
Второй завтрак	Сок фруктовый (вишневый) индивидуальная упаковка	200	1,40	0,0	24,4	106,00	VI-26
Обед	Мясо говядина отварное на супы	20	4,1	0,5	0,0	20,8	П-2
	Рассольник "Ленинградский"	250	5,0	11,3	32,4	150,0	П-4
	Котлета "Пермская" п/ф	100	14,2	8,4	9,5	171,0	Ш-56
	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,9	4,3	36,0	291,0	IV-13
	Соус Томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,07	V-3
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1,40	0,00	29,00	119,40	VI-19
	Хлеб 1 сорт	60	4,70	0,60	29,00	141,00	Х-5
	Хлеб "Отрубной"	50	4,00	1,50	22,5	119,50	Х-5
Полдник	Подушечки шоколадные	35	2,5	5,6	22,8	157,5	Х-3
	Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	117,0	VI-27
	Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0	ХП-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	ХП-1
	Помидор порционно	100	0,90	0,00	4,20	18,00	I-5
	Филе куриное, тушеное в соусе с овощами	150	33,0	19,0	6,0	332,0	Ш-40
	Макаронные изделия отварные	180	7,0	7,0	43,0	261,0	IV-10
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	Хлеб "Бородинский"	40	2,4	0,4	17,6	84	Х-5
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29	141	Х-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Снежок"	200	5,6	5,0	22,4	158,0	VI-1
	Печенье овсяное промышленного производства	35	2,3	6,8	21	154	Х-3

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий производством

Е.А. Налейкина