

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

14 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 21.08.2026 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	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66	ХП-2
	Яйцо вареное	1/40	5,08	4,60	0,28	62,80	VIII-3
	Каша манная молочная жидкая	200/5	6,53	7,03	38,78	244,92	VI-2
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,90	VI-2
	Батон	60	4,80	1,80	34,20	174,00	X-5
	Хлеб "Ржано-пшеничный"	30	2,10	0,30	15,00	72,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка)	200	1,00	0,00	28,00	112,00	VI-26
Обед	Суп картофельный с рыбой	200	10,6	3,3	5,4	93	II-8
	Котлета особая п/ф	90	14,85	16,38	14,48	265,68	III-59
	Картофельное пюре с морковью	150	3,75	3,46	22,10	131,80	IV-5/3
	Компот из ягод замороженных (смородина) лето	200	0,20	0,00	10,80	43,90	VI-18
	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	Кекс "Ночка"	90	5,60	19,80	55,9	423,00	X - 2
	Напиток из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,78	27,09	VI-30
	Фрукт (мандарин)	150	1,20	0,00	12,90	57,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,10	0,00	0,10	0,70	XII-1
	Икра морковная	60	1,09	3,64	6,53	57,36	I - 3
	Плов из филе птицы	250	26,30	4,80	33,5	282,5	III-32
	Чай с лимоном	200	0,70	0,00	10,30	41,60	VI-16
	Хлеб "Бородинский"	30	1,80	0,30	13,20	63,00	X-5
	Хлеб 1 сорт	40	3,20	0,40	19,30	94,00	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Йогурт"	200	5,60	5,00	22,00	156,00	X-5
	Вафли промышленного производства	35	1,12	0,98	28,03	119,7	X-3

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий производством

Е.А.Налейкина

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДСОЛКД "Тимуровец"
Е.Н. Дубровский

МЕНЮ

14 день санаторно-оздоровительного заезда

Дата: 21.08.2026 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	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66	ХП-2
	Яйцо вареное	1/40	5,08	4,60	0,28	62,80	VIII-3
	Каша манная молочная жидкая	250/5	7,70	10,00	47,30	312,50	VP-2
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,90	VI-2
	Батон	80	6,40	2,40	45,60	232,00	X-5
	Хлеб "Ржано-пшеничный"	30	2,10	0,30	15,00	72,00	X-5
Второй завтрак	Сок фруктовый абрикосовый (индивидуальная упаковка)	200	1,00	0,00	28,00	112,00	VI-26
Обед	Суп картофельный с рыбой	250	13,2	4,1	16,7	116,2	II-8
	Котлета особая п/ф	100	16,5	18,2	16,1	295,2	III-59
	Картофельное пюре с морковью	200	5,00	4,60	29,50	175,80	IV-5/3
	Компот из ягод замороженных (смородина)лето	200	0,20	0,00	10,80	43,90	VI-18
	Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29	141	X-5
	Хлеб "Отрубной"	50	4,00	1,50	22,50	119,50	X-5
Полдник	Кекс "Ночка"	90	5,60	19,80	55,9	423,00	X - 2
	Напиток из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,78	27,09	VI-30
	Фрукт (мандарин)	150	1,20	0,00	12,90	57,00	XII-3/1
Ужин	Зелень свежая	2	0,10	0,00	0,10	0,70	XII-1
	Икра морковная	100	2,27	7,57	13,62	119,59	I - 3
	Плов из филе птицы	300	31,50	5,70	40,2	339,0	III-32
	Чай с лимоном	200	0,70	0,00	10,30	41,60	VI-16
	Хлеб "Бородинский"	40	3,00	0,40	20,40	96,00	X-5
	Хлеб 1 сорт	60	4,70	0,60	29,00	141,00	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт "Йогурт"	200	5,60	5,00	22,00	156,00	X-5
	Вафли промышленного производства	35	1,12	0,98	28,03	119,7	X-3

Заведующий медицинским пунктом

Н.А. Гаврилова

Заведующий производством

Е.А.Налейкина