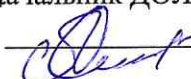


УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДОЛ «Звёздный бриз»
 С. В. Лукьянцев

МЕНЮ

15 день оздоровительного заезда

Дата: 15.08.2026 г.

День недели: суббота

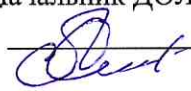
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к "Сервелат"	30/15	5,45	5,6	16,2	147	XI-2
	Каша молочная «Рябчик»	200\5	7,1	7,6	34,3	201	VII-3
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,90	VI-2
	Батон	60	2,40	0,90	17,10	87,00	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	Мясо птицы отварное на супы	15	2,7	2,8	0,1	36,2	II-3
	Суп «Снежок»	200	3,2	3,3	17,5	111	II-11
	Мясо тушеное с капустой	250	29,0	27,0	17,0	385,0	III-47
	Компот из замороженной ягоды (смородина)	200	0,2	0,0	10,8	43,9	VI-18
	Хлеб 1 сорт	20	4,00	0,50	24,20	117,50	X-5
	Хлеб «Отрубной»	20	1,60	0,60	9,00	47,80	X-5
Полдник	Булочка промышленного производства	60	7,68	2,16	38,72	201,60	X-22
	Напиток из повидла плодово - ягодного	200	0,20	0,00	27,60	110,00	VI-28
	Фрукт (мандарин)	150	1,2	0	12,9	57	XII-3\1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,5	3,0	3,2	42,0	I-11
	Жаркое из сердца	250	16,20	20,40	6,10	270,50	III-5
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	Хлеб «Минский»	50	3,20	0,40	19,30	94,00	X-5
	Хлеб 1 сорт	40	2,30	0,30	15,30	72,00	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Ряженка»	200	6,00	5,00	8,00	100,00	VI-1
	Хлебцы безглютеновые на глюкозе	27	1,89	0,54	19,71	91,80	X-20

Заведующий столовой



Е.Н. Загородникова

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДОЛ «Звёздный бриз»
 С. В. Лукьянцев

МЕНЮ

15 день оздоровительного заезда

Дата: 15.08.2026 г.

День недели: суббота

Возрастная категория: 12-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к "Сервелат"	30\20	6,20	8,50	16,20	166,00	XI-2
	Каша молочная «Рябчик»	250/5	8,89	9,6	41,29	252,13	VII-3
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	15,95	113,9	VI-2
	Батон	50	4,0	1,5	28,5	145,0	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	Мясо птицы отварное на супы	20	3,60	3,70	0,10	48,20	II-3
	Суп «Снежок»	250	4	4,1	21,9	138	II-11
	Мясо тушеное с капустой	300	34,0	32,0	20,0	462,0	III-47
	Компот из замороженной ягоды (смородина)	200	0,2	0,0	10,8	43,9	VI-18
	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	X-5
Полдник	Булочка промышленного производства	60	7,68	2,16	38,72	201,60	X-22
	Напиток из повидла плодово - ягодного	200	0,20	0,00	27,60	110,00	VI-28
	Фрукт (мандарин)	150	1,2	0	12,9	57	XII-3\1
Ужин	Зелень свежая	2	0,1	0,0	0,1	0,7	XII-1
	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	0,8	5,1	5,3	70,0	I-11
	Жаркое из сердца	300	10,5	8,1	22,2	175,5	III-5
	Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0	VI-13
	Хлеб «Минский»	60	4,7	0,6	29,0	141,0	X-5
	Хлеб 1 сорт	40	3,0	0,4	20,4	96,0	X-5
Второй ужин	Кисломолочный продукт «Ряженка»	200,0	6,0	5,0	8,0	100,0	VI-1
	Хлебцы безглютеновые на глюкозе	27	1,89	0,54	19,71	91,80	X-20

Заведующий столовой



Е.Н. Загородникова