

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ
30 сентября
Оздоровительная смена

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ккал	Выход блюда	ккал
Завтрак	Бутерброд с сыром Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая с маслом Какао с молоком Хлеб «Отрубной» Батон «Подмосковный»	30/10/15 200/5 200 30 30		30/10/20 250/5 200 30 50	
2 завтрак	Сок фруктовый яблоко- персик (индивидуальная упаковка)	200		200	
Обед	Рассольник ленинградский Котлета из мяса птицы с сыром Картофельное пюре с морковью Компот из ягод сушеных (курага) Хлеб 1 сорт Хлеб «Прибалтийский» Чеснок	200/15 120 150 200 50 30 2		250/20 100 200 200 60 50 2	
полдник	Кукурузные хлопья Молоко кипяченое Фрукт (банан)	35 200 200		35 200 200	
ужин	Винегрет овощной Зелень свежая (в ассортименте) Мясо с овощным соусом Спагетти отварные Чай черный с лимоном Хлеб «Бородинский» Хлеб 1 сорт	60 2 90/45 200 200 20 40		100 2 100/50 230 200 40 60	
2 ужин	Кисломолочный продукт «Варенец» Вафли промышленного производства	200 35		200 35	

Начальник медицинской службы
Заведующая столовой

Л.Ф. Смольникова
О.Ю. Савельева