

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛСД «Тимуровец»

Е.Н. Дубровский

МЕНЮ
1 октября
Оздоровительная смена- 3день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	ккал	Выход блюда	ккал
Завтрак	Бутерброд с колбасой	30/15		30/20	
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/5		250/5	
	Чай с молоком	200		200	
	Хлеб «Бородинский»	30		30	
	Батон «Подмосковный»	30		50	
2 завтрак	Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)	200		200	
Обед	Перец болгарский порционно	60		100	
	Суп картофельный с сыром и гречками	200/15		250/20	
	Тефтели из говядины с рисом	30		30	
	Каша гречневая рассыпчатая	90		100	
	Соус томатный	150		180	
	Компот из ягод сушеных (изюм)	50		50	
	Хлеб 1 сорт	200		200	
	Хлеб «Отрубной»	20		50	
	Лук репчатый	30		50	
полдник	Запеканка из творога с фруктовым повидлом	3		3	
	Напиток из шиповника	150/25		200/25	
	Фрукт (груша)	200		200	
ужин	Салат из свежих огурцов	200		200	
	Зелень свежая (в ассортименте)	60		100	
	Картофельная запеканка с мясом	2		2	
	Соус молочный с морковью	250		300	
	Чай зеленый с сахаром	50		50	
	Хлеб Прибалтийский	200		200	
	Хлеб 1 сорт	20		40	
2 ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	40		60	
	Печенье овсяное	200		200	
		35		35	

Начальник медицинской службы
 Заведующая столовой

Л.Ф. Смольникова
 О.Ю. Савельева