

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

03 января 2026 года

(1 день санаторно-оздоровительного заезда+ каникулярный заезд)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-8	Завтрак	Бутерброд с колбасой и сыром (горячий)	30/10/20	8,0	14,0	16,0	221,0
VII-5		Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	5,0	7,6	32,0	207,0
VI-14		Чай черный с сахаром	200	0,1	0,0	10,0	40,6
X-5		Батон подмосковный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый виноградный (индивидуальная упаковка)	200	0,6	-	37,0	144,0
II-2	Обед	Мясо говядина отварная на суп	15	3,1	0,4	-	45,6
II-1		Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	5,0	12,0	116,1
III-40		Филе куриное тушеное в соусе с овощами	90/45	30,0	17,0	6,0	298,0
IV-13		Рис припущенный	150	3,7	5,4	37,7	215,0
VI-4		Компот из замороженных ягод (смородина)	200	0,3	0,0	16,0	59,3
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5
X-5		Хлеб Бородинский	30	1,8	0,3	13,2	63,0
XII-1		Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
IX-4	Полдник	Сырники со сгущенным молоком	140/25	19,0	13,0	38,0	333,0
VI-9		Напиток цитрусовый	200	0,5	0,3	16,8	69,0
XII-3		Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0
II-3	Ужин	Икра морковная	60	1,1	3,6	6,5	57,4
II-33		Биточек из говядины с луком	90	13,73	15,06	7,38	227,5
IV-23		Картофель отварной с зеленью	200	4,1	9,3	36,3	243,0
VI-15		Чай черный с имбирем	200	0,2	0,1	9,8	40,0
X-5		Зефир в шоколаде	54				
X-5		Хлеб Минский	20	3,2	0,4	19,3	94,0
		Хлеб 1 сорт	40	1,5	0,2	10,2	48,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт Снежок	200	5,6	5,0	22,4	158,0
X-3		Пряник промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДССОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

03 января 2026 года

(1 день санаторно-оздоровительного заезда+каникулярный заезд)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-8	Завтрак	Бутерброд с колбасой и сыром (горячий)	30/10/20	8,0	14,0	16,0	221,0
VII-5		Каша кукурузная молочная с маслом	250/5	7,8	8,5	49,5	298,3
VI-14		Чай черный с сахаром	200	0,1	0,0	10,0	40,6
X-5		Батон подмосковный	50	3,8	1,5	25,6	131,0
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый виноградный (индивидуальная упаковка)	200	0,6	-	37,0	144,0
II-2	Обед	Мясо говядина отварная на суп	20	4,1	0,5	-	20,8
II-1		Борщ с капустой и картофелем	250	2,0	6,3	15,1	145,1
III-40		Филе куриное тушеное в соусе с овощами	100/50	33,0	19,0	6,0	332,0
IV-13		Рис припущенный	180	4,4	6,5	45,2	300,0
VI-4		Компот из замороженных ягод (смородина)	200	0,3	0,0	16,0	59,3
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
X-5		Хлеб Бородинский	50	3,0	0,5	22,0	105,0
XII-1		Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
IX-4	Полдник	Сырники со сгущенным молоком	140/25	19,0	13,0	38,0	333,0
VI-9		Напиток цитрусовый	200	0,5	0,3	16,8	69,0
XII-3		Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0
II-3	Ужин	Икра морковная	100	1,8	6,0	10,8	95,6
II-33		Биточек из говядины с луком	100	15,25	16,74	8,2	252,5
IV-23		Картофель отварной с зеленью	230	4,7	10,7	41,7	279,0
VI-15		Чай черный с имбирем	200	0,2	0,1	9,8	40,0
X-5		Зефир в шоколаде	54				
X-5		Хлеб Минский	40	3,0	0,4	20,4	96,0
X-5		Хлеб 1 сорт	70	5,6	0,7	33,8	164,5
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт Снежок	200	5,6	5,0	22,4	158,0
X-3		Пряник промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева