

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДПОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

11 марта 2026 года

(6 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-3	Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром «Российский»	30/10/15	6,6	10,6	10,0	163,0
VII-1		Каша «Дружба»	200	6,55	8,33	35,09	241,0
VI-8		Напиток кофейный с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон	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 яблочный (индивидуальная упаковка)	200	1,4	0,2	20,6	92,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-1		Суп картофельный с рыбой	200	1,7	5,0	12,1	116,1
II-33		Биточки из говядины с луком	90	13,73	15,06	7,38	227,5
IV-8		Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,7	31,4	209,1
VI-5		Компот из плодов сушеных (изюм)	200	1,4	0	29,0	119,4
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4	0,5	24,2	117,5
X-5		Хлеб Минский	20	2,52	1,35	6,84	48,78
X-4	Полдник	Рулетик с маком	90	3,9	8,1	27,5	192,0
VI-9		Напиток цитрусовый(мандарин)	200	0,5	0,3	16,8	69,0
XII-3		Фрукт свежий (груша)	200	0,8	0,0	22,6	92,0
I-22	Ужин	Салат «Ромашка»	60	35,4	15,0	42,0	121,031
III-15		Мясо с овощным соусом	90/45	30,0	17,9	6,7	3,0
IV-10		Макаронные изделия отварные	200	7,0	7,0	47,0	290,0
VI-16		Чай с лимоном	200	0,7	0,0	10,3	41,6
X-5		Хлеб Бородинский	30	1,9	0,3	16,2	67,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Варенец»	200	5,6	5	8	100
X-3		Вафли промышленного производства	35				

Заведующий медицинским пунктом

Заведующий столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

11 марта 2026 года

(6 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-3	Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром «Российский»	30/10/20	6,6	10,6	10,0	163,0
VII-1		Каша «Дружба»	200	8,2	10,4	43,9	301,4
VI-8		Напиток кофейный с молоком	200	2,8	3,2	14,7	98,7
X-5		Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,0	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200	0,3	0,2	24,9	100,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	100	0,0	-	0,2	0,8
II-1		Суп картофельный с рыбой	250	2,0	6,3	15,1	145,1
II-33		Биточки из говядины с луком	100	15,25	16,74	8,2	252,5
IV-8		Каша пшеничная	180	8,8	3,2	38,3	217,0
VI-5		Компот из плодов сушеных (изюм)	200	1,4	0	29,0	119,4
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,8	0,6	29,04	141,0
X-5		Хлеб Минский	50	4,2	2,25	11,4	81,3
X-4	Полдник	Рулетик с маком	90	7,02	14,58	49,50	345,6
VI-9		Напиток цитрусовый(мандарин)	200	0,5	0,3	16,8	69,0
XII-3		Фрукт свежий (груша)	200	0,8	0,0	22,6	92,0
I-22	Ужин	Салат «Ромашка»	100	50,0	19,2	67,0	162,0
III-15		Мясо с овощным соусом	100/50	34,0	19,9	7,4	347,8
IV-10		Макаронные изделия отварные	230	8,0	8,0	54,1	344,1
VI-16		Чай с лимоном	200	0,7	0,0	10,3	41,6
X-5		Хлеб «Бородинский»	40	3,0	0,4	20,4	96,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Варенец»	200	5,6	5	8	100
X-3		Вафли промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева