

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДПОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

13 марта 2026 года

(8 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XII-1 VIII-3 VII-9 VI-2 X-5 X-5	Завтрак	Масло сливочное порционно Яйцо вареное Каша кукурузная молочная жидкая Какао с молоком Батон Хлеб ржано-пшеничный	10 200/5 200 60 30	0,1 5,08 5,0 3,8 6,0 2,1	7,2 4,6 7,6 3,9 2,3 0,3	0,1 0,28 32,0 15,95 41,1 15,0	66,0 62,8 207,0 113,9 209,6 72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)	200	1,4	0,0	24,4	108,0
XII-1 II-13 III-40 IV-10 VI-4 X-5 X-5	Обед	Зелень свежая Щи вегетарианские Филе куриное тушеное в соусе с овощами Макаронные изделия отварные Компот из замороженных ягод (вишня) Хлеб 1 сорт Хлеб Бородинский	2 200 90/45 150 200 50 20	0,0 2,6 30,0 5,0 0,3 4,0 1,8	- 7,8 17,0 5,0 0,0 0,5 0,3	0,2 9,1 6,0 36,0 16,0 24,2 13,2	0,8 114,4 298,0 228,0 59,3 117,5 63,0
X-3 VI-27 XII-3	Полдник	Булочка промышленного производства Молоко в индивидуальной упаковке Фрукт свежий (банан)	60 200 200	3,6 6,0 3	7,8 6,6 0	22,8 9,8 44,8	127,2 121,0 182,0
I-27/1 III-8 IV-12 VI-15 X-5 X-5 X-3	Ужин	Салат из зеленого горошка Котлета по-хлыновски Рагу из овощей Чай черный с имбирем Хлеб Прибалтийский Хлеб 1 сорт Конфеты шоколадные	60 90 200 200 30 40 54	1,33 16,2 3,92 0,2 1,9 3,2	0,11 20,7 11,2 0,1 0,3 0,4	3,77 6,1 22,57 9,8 15,6 19,3	20,7 270,5 205,9 40,0 68,7 94,0
VI-1 X-3	2 ужин	Кисломолочный продукт «Ряженка» Печенье сдобное промышленного производства	200 35	5,6	2,7	22,00	156,0

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

13 марта 2026 года

(8 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XII-1 VII-9 VI-2 X-5 X-5	Завтрак	Масло сливочное порционно Каша кукурузная молочная жидкая Какао с молоком Батон Хлеб ржано-пшеничный	10 250/5 200 80 30	0,1 7,8 3,8 6,0 2,1	7,2 8,5 3,9 2,3 0,3	0,1 49,5 15,95 41,1 15,0	66,0 298,3 113,9 209,6 72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый мультифрукт (индивидуальная упаковка)	200	1,4	0,0	24,4	108,0
XII-1 II-13 III-40 IV-10 VI-4 X-5 X-5	Обед	Зелень свежая Щи вегетарианские Филе куриное тушеное в соусе с овощами Макаронные изделия отварные Компот из замороженных ягод (вишня) Хлеб 1 сорт Хлеб Бородинский	2 250 100/50 200 200 50 20	0,0 3,2 33,0 7,0 0,3 4,0 1,8	- 9,8 19,0 7,0 0,0 0,5 0,3	0,2 11,4 6,0 47,0 16,0 24,2 13,2	0,8 142,9 332,0 290,0 59,3 117,5 63,0
X-3 VI-27 XII-3	Полдник	Булочка промышленного производства Молоко в индивидуальной упаковке Фрукт свежий (банан)	60 200 200	3,6 6,0 3,0	7,8 6,6 0	22,8 9,8 44,8	127,2 121,0 182,0
I-27/1 III-8 IV-12 VI-15 X-5 X-5 X-3	Ужин	Салат из зеленого горошка Котлета по-хлыновски Рагу из овощей Чай черный с имбирем Хлеб Прибалтийский Хлеб 1 сорт Конфеты шоколадные	100 100 230 200 40 60 54	2,21 16,2 4,5 0,2 3,0 5,6	0,18 20,7 12,88 0,1 0,4 0,7	6,3 6,1 25,96 9,8 20,4 33,8	35,0 270,5 236,79 40,0 96,0 164,5
VI-1 X-3	2 ужин	Кисломолочный продукт «Ряженка» Печенье сдобное промышленного производства	200 35	5,6	5,0	22,0	156,0

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева