

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник
ДСОЛКД «Тимуровец»
Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

14 марта 2026 года

(9 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 «Хохланд» (треугольники)	30/10/17,5	4,56	7,5	7,3	115,0
VII-1		Омлет натуральный	150	13,43	20,8	3,5	255,09
VI-8		Кофейный напиток 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 виноградный (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0	21,2	94,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-5		Солянка сборная мясная	200	5,5	8,1	10,4	135,6
III-16		Оладьи из печени по-кунцевски	100	16,9	5,3	14,2	172,0
IV-4		Картофельное пюре	150	3,2	6,1	23,3	160,5
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 Прибалтийский	30	1,8	0,3	13,2	63,0
XII-4		Лук репчатый	3	0,4	0	0,3	4,2
IX-1	Полдник	Печенье сдобное промышленного производства	35	2,8	10,1	21	168,0
VI-9		Напиток цитрусовый (лимон)	200	0,5	0,3	16,8	69,0
XII-3		Фрукт (груша)	200	0,8	0,0	22,6	92,0
I-7	Ужин	Салат из свежих огурцов	60	0,42	6	1,8	62,1
III-38		Пельмени отварные с маслом	220/5	23,3	29,4	38,6	510,4
VI-13		Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0
X-5		Хлеб Бородинский	30	1,8	0,3	13,2	63,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	5,8	5,0	9,0	110,0
X-3		Печенье сахарное промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДССОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

14 марта 2026 года

(9 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 «Хохланд»	30/10/17,5	4,56	7,5	7,3	115,0
VII-2		Омлет натуральный	200	18,0	27,7	4,7	340,1
VI-8		Кофейный напиток 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 виноградный (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0	21,2	94,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-5		Солянка сборная мясная	250	6,8	10,2	13,0	170,0
III-16		Оладьи из печени -по Кунцевски	100	16,9	5,3	14,2	172,0
IV-4		Картофельное пюре	200	4,3	8,1	31,1	214,0
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 Минский	50	3,0	0,5	22,0	105,0
XII-4		Лук репчатый	3	0,4	0	-	4,2
IX-2	Полдник	Печенье сдобное промышленного производства	35	2,8	10,1	21	168,0
VI-9		Напиток цитрусовый(лимон)	200	0,5	0,3	16,8	69,0
XII-3		Фрукт свежий (груша)	200	0,8	0,0	22,6	92,0
I-7	Ужин	Салат из свежих огурцов	100	10,5	13,2	29,8	362,6
III-38		Пельмени отварные с маслом	250/5	26,4	33,4	43,9	580,0
VI-13		Чай черный с натуральными добавками	200	0,2	0,0	10,0	40,0
X-5		Хлеб Бородинский	40	2,4	0,4	17,6	84,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	5,8	5,0	9,0	110,0
X-3		Печенье сахарное промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева