

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛЖД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

14 января 2026 года

(12 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с джемом или повидлом	30/10/20	6,6	10,6	10	163
VII-7		Каша пшенная молочная с маслом	200/5	6,0	6,86	28,54	200,0
VI-8		Напиток кофейный с молоком	200	2,79	3,19	14,71	98,69
X-5		Батон подмосковный	30	2,16	0,87	16,05	80,1
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	14,7	60,3
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблоко-персик (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,0	21,0	94,0
II-3	Обед	Мясо птицы для супов	15	2,7	2,8	0,1	36,2
II-11		Суп Снежок	200	3,2	3,3	17,5	111,0
III-17		Печень говяжья по-строгановски	90/45	18,5	13,3	9,9	235,6
IV-13		Рис припущенный	150	3,7	5,4	37,7	215,0
VI-6		Компот из яблок с лимоном	200	0,25	0	25,23	104,07
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,2	117,5
X-5		Хлеб Минский	30	2,25	0,3	15,3	72,0
XII-4		Чеснок свежий порционно	2	0,13	0,01	0,6	3,0
XII-1		Зелень свежая	2	0,06	0	0,1	0,7
X-3	Полдник	Булочка промышленного производства	60	3,6	7,8	22,8	127,2
VI-27		Молоко кипяченое 2,5-3,2%	200	5,6	6,4	9,4	117,0
XII-3		Фрукт (яблоко)	200	1,2	0	12,9	57,0
I-10	Ужин	Салат картофельный с соленым огурцом	60	5,6	3,4	2,2	61,2
III-22		Филе куриное запеченное в сметане	100	16,3	3,5	9	116,0
IV-4		Картофельное пюре	200	4,3	8,1	31,1	214,0
VI-25		Кисель из повидла	200	0,2	0	27,6	110,0
X-5		Хлеб Бородинский	20	1,8	0,3	13,8	66,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,36	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	6,0	5,0	8,0	100,0
X-3		Воздушные зерна риса на фруктозе	30				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

14 декабря 2026 года

(12 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с джемом или повидлом	30/10/20	6,6	10,6	10,0	163,0
VII-7		Каша пшеничная молочная с маслом	250/5	7,7	8,7	36,4	254,7
VI-8		Напиток кофейный с молоком	200	2,79	3,19	14,71	98,69
X-5		Батон подмосковный	50	3,6	1,4	26,75	133,5
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	14,7	60,3
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблоко-персик (индивидуальная упаковка)	200	1,0	0,0	21,2	94,0
II-3	Обед	Мясо птицы для супов	20	3,6	3,7	0,1	48,2
II-11		Суп Снежок	250	4,0	4,1	21,9	138,0
III-17		Печень говяжья по-строгановски	100/50	20,5	14,7	11,0	261,4
IV-13		Рис припущенный	180	10,3	11,0	41,2	294,5
VI-6		Компот из яблок с лимоном	200	0,25	0	25,23	104,07
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,8	0,6	29,04	141,0
X-5		Хлеб Минский	50	3,75	0,5	25,5	120,0
XII-4		Чеснок свежий порционно	2	0,13	0,01	0,6	3,0
XII-1		Зелень свежая	2	0,06	0	0,1	0,7
X-3	Полдник	Булочка промышленного производства	60	3,6	7,8	22,8	127,2
VI-27		Молоко кипяченое 2,5-3,2%	200	5,6	6,4	9,4	117,0
XII-3		Фрукт (яблоко)	150	1,2	0	12,9	57,0
I-10	Ужин	Салат картофельный с соленым огурцом	100	7,4	4,5	2,9	81,6
III-22		Филе куриное запеченное в сметане	120	19,6	4,2	10,8	139,0
IV-4		Картофельное пюре	230	4,9	9,29	35,72	246,0
VI-25		Кисель из повидла	200	0,2	0	27,6	110,0
X-5		Хлеб Бородинский	40	2,4	0,4	18,4	88,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,8	0,6	29,04	141,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	6,0	5,0	8,0	100,
X-3		Воздушные зерна риса на фруктозе	30				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева