

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСО ЖКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

15 марта 2026 года

(10 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с джемом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
II-15/1		Суп молочный с макаронными изделиями	200/5	5,7	5	18,8	143,8
VI-12		Чай с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3
X-5		Батон	30	2,3	1,0	12,4	78,3
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,3	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый персиковый (индивидуальная упаковка)	200	0,2	-	19,0	80,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-2		Мясо говядина отварная на супы	15	3,1	0,4	-	15,6
II-17-2		Суп картофельный с фасолью	200	9,0	14,0	22,0	243,0
III-9		Котлета рубленая из мяса птицы с сыром	100	22,0	7,0	16,0	293,0
IV-2		Капуста тушеная	150	0,3	4,8	20,2	130,7
VI-4		Компот из замороженных ягод (клубника)	200	3,9	0,0	16,0	59,3
X-5		Хлеб 1 сорт	50	4,0	0,5	24,0	117,5
X-5		Хлеб Отрубной	30	1,8	0,3	13,2	63,0
XII-4		Чеснок	2	0,1	0,0	0,6	3,0
X-7	Полдник	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой	50	2,5	11,7	20,4	196,2
VI-7		Напиток из шиповника	200	0	-	11,0	46,9
XII-3		Фрукт свежий (мандарин)	150	1,2	0,0	12,0	57,0
I-3	Ужин	Икра морковная	60	1,1	3,6	6,5	57,4
III-29		Бифштекс рубленый из мяса птицы	100	15,7	4,91	4,73	126,73
IV-6		Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0	5,0	47,0	260,0
V-3		Соус томатный	50	0,3	1,8	2,6	28,1
VI-10		Чай зеленый	200	0,1	-	10,0	40,6
X-5		Хлеб Минский	30	1,8	0,3	14,4	76,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	1,3	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Варенец»	200	5,6	5,0	22,0	156,0
X-3		Вафли промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЯКЛ «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

15 марта 2026 года

(10 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1 II-15/1	Завтрак	Бутерброд с джемом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
		Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,7	5	18,8	143,8
VI-12		Чай с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3
X-5		Батон	30	2,3	1,0	12,4	78,3
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,3	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый персиковый (индивидуальная упаковка)	200	0,2	-	19,0	80,0
II-3 II-18	Обед	Мясо говядина отварная на суп	20	2,7	2,8	0,1	36,2
		Суп картофельный с фасолью	250	2,83	2,86	21,76	124,0
		Котлета рубленая из мяса птицы с сыром	120	8,7	9,5	2,3	128,4
III-1 IV-7		Капуста тушеная	200	4,9	7,3	34,4	250,9
VI-5		Компот из замороженных ягод(клубника)	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 1 сорт	50	4,2	2,25	11,4	81,3
XII-1		Хлеб Отрубной	2	0,0	-	0,2	0,8
XII-3		Зелень свежая	3	0,4	0	0,27	4,2
		Лук репчатый порционно					
X-1 VI-9 XII-3	Полдник	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой	50	10,6	5,2	45,5	259,2
		Напиток из шиповника	200	0,5	0,3	16,8	69,0
		Фрукт (мандарин)	150	0,8	0,0	22,6	92,0
I-7 III-29	Ужин	Салат из свежих огурцов	100	0,72	10,8	3,0	103,6
		Биштекс рубленый из мяса птицы	120	15,7	4,91	4,73	126,73
IV-6		Каша гречневая рассыпчатая	180	6,9	4,3	36,0	291,0
V-3		Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,07
VI-10		Чай зеленый	200	0,1	0	10,0	40,0
X-5		Хлеб Минский	40	4,2	0,6	30,0	144,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
VI-1 X-3	2 ужин	Кисломолочный продукт «Варенец»	200	5,8	5,0	22,0	156,0
		Вафли промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В. Аксентьева