

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

17 декабря 2026 года

(15 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с маслом и повидлом	30/10/20	2,93	8	27,3	190
VII-6		Каша овсяная из Геркулеса	200/5	6,3	8,9	25,5	207,4
VI-12		молочная жидкая					
X-5		Чай черный с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3
X-5		Батон подмосковный	30	2,3	1,0	12,4	78,3
X-5	2 Завтрак	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,3	72,0
VI-26		Сок фруктовый яблоко-персик (индивидуальная упаковка)	200	0,6	-	33,6	130,0
II-3	Обед	Мясо птицы отварная на суп	15	2,7	2,8	0,1	36,2
II-10		Суп картофельный с сыром	200	2,3	4,0	10,4	86,9
		Гренки из пшеничного хлеба	30	0,4	0,1	2,3	11,3
III-38		Мясо в собственном соку	90/27	29,0	9,0	1,0	200,0
IV-13		Рис припущенный	150	3,7	5,4	37,7	215,0
VI-5		Компот из плодов сушеных	200	1,0	0,0	26,0	104,0
X-5		(изюм)					
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
XII-1		Хлеб Бородинский	30	1,8	0,3	13,2	63,0
XII-3		Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
		Лук репчатый порционно	3	0,4		0,3	4,2
X-3	Полдник	Подушечки шоколадные	35	2,5	5,6	22,8	157,5
VI-27		Молоко кипяченое 2,5-3,2%	200	5,6	6,4	9,4	117,0
XII-3		Фрукт (банан)	200	3,0	0,0	44,8	182,0
I-26/1	Ужин	Салат с фасолью	60	5,0	6,0	12,0	129,0
II-6,1		Котлеты рыбные любительские	100	13,0	5,0	7,0	128,0
IV-21		Картофель запеченный	200	8,5	11,0	42,5	312,1
VI-14		Чай черный с сахаром	200	0,1	0,0	10,0	40,6
X-5		Хлеб Минский	20	1,5	0,2	10,2	48,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	5,6	5,0	22,0	156,0
X-3		Сушка «Малютка» промышленного производства	35				

Заведующий медицинским пунктом

Заведующий столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

17 декабря 2026 года

(15 день санаторно-оздоровительного заезда)

11-17 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-1	Завтрак	Бутерброд с маслом и повидлом	30/10/20	2,93	8	27,3	190
VII-6		Каша овсяная из Геркулеса	250/5	7,8	11,1	31,7	258,0
VI-12		молочная жидкая					
X-5		Чай черный с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3
X-5		Батон подмосковный	50	3,8	1,5	25,7	131,0
X-5		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,3	15,3	72,0
VI-26	2 Завтрак	Сок фруктовый яблоко-персик (индивидуальная упаковка)	200	0,6	-	33,6	130,0
II-3	Обед	Мясо птицы отварная на суп	20	3,6	3,7	0,1	48,2
II-10		Суп картофельный с сыром	250	2,89	5	13,03	108,65
		Гренки из пшеничного хлеба	30	0,4	0,1	2,3	11,3
III-38		Мясо в собственном соку	100/30	32,0	10,0	1,0	222,0
IV-13		Рис припущенный	180	4,4	6,5	45,2	300,0
VI-5		Компот из плодов сушеных	200	1,0	0,0	26,0	104,0
X-5		(изюм)	60	4,7	0,6	29,0	141,0
X-5		Хлеб 1 сорт	50	3,0	0,5	22,0	105,0
XII-1		Хлеб Бородинский	2	0,0	-	0,2	0,8
XII-3		Зелень свежая	3	0,4		0,3	4,2
		Лук репчатый порционно					
X-3	Полдник	Подушечки шоколадные	35	2,5	5,6	22,8	157,5
VI-27		Молоко кипяченое 2,5-3,2%	200	5,6	6,4	9,4	117,0
XII-3		Фрукт (банан)	200	3,0	0,0	44,8	182,0
I-26/1	Ужин	Салат с фасолью	100	9,0	11,0	20,0	215,0
II-6(1)		Котлеты рыбные любительские	120	15,6	6,0	8,4	153,6
IV-21		Картофель запеченный	230	9,8	12,7	48,9	359,0
VI-14		Чай черный с сахаром	200	0,1	0,0	10,0	40,6
X-5		Хлеб Минский	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 «Йогурт»	200	5,6	5,0	22,0	156,0
X-3		Сушка «Малютка» промышленного производства	35				

Заведующий медицинским пунктом

Заведующий столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева