

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДССОЛЖД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

12 марта 2026 года

(7 день санаторно-оздоровительного заезда)

7-10 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Б	Ж	У	Калорийность
XI-7	Завтрак	Бутерброд с маслом и повидлом	30/10/20	2,9	8,0	27,3	190,0
VII-7		Каша пшенная молочная жидкая	200/5	5,46	9,8	25,82	217,0
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	0,3	0,2	24,9	100,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-3		Мясо птицы отварное на супы	15	2,7	2,8	0,1	36,2
II-18		Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,26	2,3	17,4	99,0
III-20		Рыба тушеная в сметанном соусе	100/42/25	20,9	13,4	4,2	221,3
IV-4		Картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,3	160,5
VI-6		Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,0	12,2	49,0
X-5		Хлеб 1 сорт	50	3,2	0,4	19,4	96,0
X-5		Хлеб прибалтийский	20	1,2	0,2	8,8	42,0
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	0,0	-	11,0	46,9
XII-3		Фрукт свежий (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0
I-5	Ужин	Помидор свежий порционно	60	0,5	0,0	2,5	10,8
III-18		Плов из говядины	250	12,8	16,3	37,5	347,0
VI-11		Чай Каркаде	200	0,1	0,0	10,0	40,0
X-5		Хлеб Минский	30	1,9	0,3	15,4	67,0
X-5		Хлеб 1 сорт	40	3,2	0,4	19,3	94,0
VI-1	2 ужин	Кисломолочный продукт Снежок	200	8,2	5	11,8	114
X-3		Печенье овсяное промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДСОЛКД «Тимуровец»

Е.Н.Дубровский

МЕНЮ

12 марта 2026 года

(7 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	2,9	8,0	27,3	190,0
VII-7		Каша пшеничная молочная жидкая	250/5	7,7	8,7	36,4	254,7
VI-12		Чай с молоком	200	2,8	2,4	13,3	87,3
X-5		Батон	50	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	0,3	0,2	24,9	100,0
XII-1	Обед	Зелень свежая	2	0,0	-	0,2	0,8
II-3		Мясо птицы отварное на супы	20	3,6	3,7	0,1	48,2
II-18		Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,83	2,86	21,76	124,0
III-20		Рыба тушеная в сметанном соусе	120/50/25	25,0	16,0	5,0	265,0
IV-4		Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,06	214,0
VI-6		Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,0	12,2	49,0
X-5		Хлеб 1 сорт	60	4,7	0,6	29,0	141,0
X-5		Хлеб Прибалтийский	50	3,0	0,5	22,0	105,0
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	0,0	-	11,0	46,9
XII-3		Фрукт свежий (яблоко)	200	0,8	0,0	22,6	92,0
I-5	Ужин	Помидор свежий порционно	100	0,9	0,0	4,2	18,0
III-18		Плов из говядины	300	15,3	19,6	45,0	41,8
VI-11		Чай Каркаде	200	0,1	0,0	10,0	40,0
X-5		Хлеб Минский	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	8,2	5	11,8	114
X-3		Печенье овсяное промышленного производства	35				

Заведующая медицинским пунктом

Заведующая столовой

Н.А.Гаврилова

Н.В.Аксентьева