

ООО Санаторий "Юбилейный"

единое

Столовая №1 и №2

Диета

МЕНЮ НА ПОНЕДЕЛЬНИК

Взрослое меню		Химический состав				
Завтрак		Выход	Б	Ж	У	Ккал
Холодные блюда						
всем	Масло сливочное	10		8,2	0,1	75
всем	Сыр	20	8	8,1	0,6	107
всем	Каша молочная геркулесовая	150	4	5,18	19	159
Горячие блюда						
9,15	Оладьи острые мясные (говядина, чеснок)	75	9,02	9,7	5,3	135,4
7,9,15	Сарделька отварная	1 шт.	6,52	16	1,57	179,7
5,7,9,10,15	Рыба запеченная в янтарной корочке	75	18,1	10,2	4,1	179
Гарнир						
5,7,10,15	Макароны отварные	200	7,3	13,1	49	347
7,9,10,15	Капуста жареная	200	4,1	0,4	10,2	60
Напитки						
	Чай черный	200			11	45,12
	Кофе 3 в 1	200	0,6	1,8	0,4	20
Обед		Выход	Б	Ж	У	Ккал
всем	Фрукт	1 шт	0,7	0,3	20,1	56
всем	Холодная закуска	пор.				
Первые блюда						
7,10,15	Суп лапша домашняя	400	5,96	11,3	29	240
5,7,10	Суп овощной вегетарианский	400	5,78	10,8	27	256
5,7,10,15	Суп молочный рисовый	250	13,1	17,2	36,5	252
Вторые блюда						
5,7,9,10,15	Свинина "Ароматная"	75	18,2	52,6	22	542
7,9,15	Куры пикантные	100	19,2	7,47	0,53	145,5
7,9,10,15	Бифштекс рубленый	70/5	15	23	7,4	300,7
Гарниры						
5,7,10,15	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31	213,8
5,9,10,15	Каша гречневая	200	6,9	2	34,9	189,3
5,7,10,15	Свекла тушеная в сметане	200	2,56	10	17,6	176,5
Напитки						
всем	Компот	200	0,56	-	28	113
Мучные изделия						
всем	Выпечка	50				
Ужин		Выход	Б	Ж	У	Ккал
Холодная закуска		пор				
Горячие блюда						
7,9,10,15	Мясо тушеное по-деревенски (говяд, грибы, лук, смет)	75/50	24,7	26,9	2,24	426,1
7,9,10,15	Котлета "Семеновская" (рыбная)	75/5	9,6	16,2	1,74	176,7
5,7,9,10,15	Кнели паровые из говядины	75/5	10,7	12	5,74	176,8
Гарнир						
5,7,9,10,15	Рис отварной с морковью	200	5,29	10	53	329,3
5,7,9,10,15	Овощной сложный гарнир	200	9,42	7,5	12	132,8
Напитки						
	Чай черный с лимоном	200	-	-	11	45,12
	Чай зеленый с лимоном	200			11	45,12

Детское меню

	Выход
Масло сливочное	10
Каша молочная геркулесовая	150
Сарделька отварная	1 шт.
Омлет	100/5
Чай	200

Дополнительный завтрак

Конфеты	2 шт
Сыр	20

Обед

	Выход
Фрукт	1 шт
Холодная закуска	пор.
Суп лапша домашняя	400
Бифштекс рубленый	70/5
Картофельное пюре	150
Компот	200
Выпечка	50

Ужин

	Выход
Холодная закуска	пор
Кнели паровые из говядины	75/5
Рис отварной с морковью	150
Чай с лимоном	200
Дополнительный ужин	
Выпечка	50
Йогурт	1 шт

всем	Хлеб белый	180	8,1	1,2	42	203
всем	Хлеб черный	120	4,4	0,73	31	190
Дополнительный ужин						
всем	Выпечка	50				
всем	Кисломолочный продукт	200	3,2	2,35	4,18	78

МЕНЮ НА ВТОРНИК

Взрослое меню

Химический состав

Диета	Завтрак	Выход	Б	Ж	У	Ккал
Холодные блюда						
всем	Масло сливочное	10	-	8,2	0,1	75
всем	Запеканка из творога	100/30				
всем	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено)	150	4,91	4,75	27	180,8
Горячие блюда						
5,7,9,10,15	Бефстроганов из говядины	75/50	22	25	3,85	325,3
9,10,15	Рыба тушеная с овощами	75/25	8,4	14,4	26,6	236,4
5,7,9,10,15	Шницель домашнему (говяд. курица)	75/5	8,02	8,79	4,31	132,4
Гарниры						
5,7,10,15	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31	213,8
5,7,9,10,15	Морковь тушеная с горошком	200	3,4	7,8	18,9	150
Напитки						
	Чай черный	200	-	-	11	45,12
	Горячий шоколад	200	4,2	6,6	37,5	219
Обед						
всем	Фрукт	1 шт	0,7	0,3	20	56
всем	Холодная закуска	пор	7,4	6,2	15,4	180
Первые блюда						
9,15	Солянка домашняя	400	23	25,1	8,7	363
5,7,10,15	Суп с клецками вегетарианский	400	4,8	10,5	31,4	241
5,7,10,15	Суп молочный	250	12,3	15,7	46,4	376
Вторые блюда						
7,9,10,15	Говядина тушеная в луковом соусе	75/50	26,7	10,2	16,7	264
5,7,9,10,15	Филе куриное под белым соусом	75/50	12,7	14,5	5,9	205
5,7,9,10,15	Тефтели "Ежики" из говядины	115/50	15,9	15,8	15,1	234
Гарниры						
5,7,9,10,15	Капуста цветная запеченая с майонезом	200	5,14	6,46	26,9	174
5,7,10,15	Рис отварной с морковью	200	5,29	10	52,4	329
7,9,10,15	Каша перловая с овощами	200	10	12	5,74	176,7
Напитки						
всем	Напиток	200	0,4		23,6	94
Мучные изделия						
всем	Выпечка	50				
Ужин						
	Холодная закуска	пор				
Горячие блюда						
7,9,10,15	Биточки "Грибок" (говядина, грибы)	75/50	11	12	7,52	196,1
7,9,10,15	Куры жареные	100/5	21,7	23,1	23	230,6
5,7,10,15	Шницель натуральный рыбный	75/5	8,39	11	23	230

Детское меню

Выход

Масло сливочное	10
Каша молочная "Дружба" (рис, пшен	150
Бефстроганов из говядины	75/50
Картофельное пюре	150
Чай черный	200

Дополнительный завтрак

Сырок глазированный	1 шт
---------------------	------

Обед

Выход

Фрукт	1 шт
Холодная закуска	пор
Суп с клецками	400
Тефтели "Ежики" из говядины	115/50
Рис отварной с морковью	150
Напиток	200
Выпечка	50

Ужин

Выход

Холодная закуска	пор
Куры отварные	100/5
Макаронные изделия отварные	150
Чай с лимоном	200

Дополнительный ужин

	Гарниры						
5,7,9,10,15	Каша гречневая рассыпчатая	200	6,9	2,4	34,9	198	
5,7,9,10,15	Овощное рагу	200	5,29	10	53	329,3	
	Напитки						
	Чай с лимоном	200	-	-	11	451,2	
всем	Хлеб белый	180	8,1	1,2	42	203	
всем	Хлеб черный	120	4,4	0,73	31	190	
	Дополнительный ужин						
всем	Выпечка	50					
всем	Кисломолочный продукт	200	3,2	2,35	4,18	78	

МЕНЮ НА СРЕДУ

Взрослое меню

Химический состав

Диета	Завтрак	Выход	Б	Ж	У	Ккал
	Холодные блюда					
всем	Масло сливочное	10	-	8,2	0,1	75
всем	Сыр	20	8	8,1	0,6	107
всем	Каша молочная пшеничная	150	4,6	4,5	21,9	176,6
	Горячие блюда					
.9,15	Говядина тушеная	75/50	18,5	9,6	2,7	205
5,7,9,10,15	Бабушкины оладьи(куры)	100/5	21,7	20,7	1,3	300
5,7,9,10,15	Рыба по-гречески (помидор,сыр,майонез)	100	8,39	11	23	230,6
	Гарнир					
5,7,9,10,15	Жульен овощной	200	6,5	18,6	24,8	291,4
5,7,10,15	Макаронные изделия	200	7,3	13,1	0,49	347
	Напитки					
	Чай черный	200	-	-	11	45,12
	Кофе 3 в 1	200	2,79	3,19	20	118,7
	Обед	Выход	Б	Ж	У	Ккал
Всем	Фрукт	1 шт	0,7	0,3	20	56
Всем	Холодная закуска	пор	7,1	12,2	6,2	161
	Первые блюда					
7,9,10,15	Борщ "Сибирский"(фасоль)	400	1,7	8,8	31,3	292
5,7,9,10,15	Суп рисовый с фрикадельками	400	19,5	12,6	38,2	350
5,7,9,10,15	Суп молочный гречневый	250	12,3	15,7	46,4	376
	Вторые блюда					
9,15	Антрекот из говядины	79/5	15,7	36,6	3,2	393
9,15	Печень по-домашнему(печень,майонез, лук)	75/25	24	28,9	5,7	385,2
7,9,10,15	Бифштекс натуральный рубленый	70/5	15,5	23	7,4	300,6
	Гарниры					
5,7,9,10,15	Картофельное пюре	200	4,3	8,1	31,6	213,8
7,10,15	Горошница	200	24	5,22	54	356
5,7,10,15	Свекла тушеная	200	2,6	10	17,6	176,5
	Напитки					
всем	Компот	200	0,56	-	28	113,8
	Мучные изделия					
всем	Выпечка	50	5	9,4	35,3	240,3
	Ужин	Выход	Б	Ж	У	Ккал
	Холодная закуска	пор				

Выпечка	50
Йогурт	1 шт

Детское меню

Выход

Масло сливочное	10
Бабушкины оладьи(куры)	100/5
Макаронные изделия	150
Каша молочная пшеничная	150
Чай	200
Дополнительный завтрак	
Сырники из творога	75/30

Обед

Выход

Фрукт	1 шт
Холодная закуска	пор
Суп рисовый с фрикадельками	400
Запеканка картофельная с мясом	225
Выпечка	50
Компот	200

Ужин

Выход

Горячие блюда						
5,7,9,10,15	Голубцы с мясом	216	25	26,6	24	404
9,15	Цыплята табака	100	18,9	19	12,9	200
5,7,9,10	Пудинг из мяса с овощами	100/5	12,6	14	19	208
Гарниры						
5,7,9,10,15	Капуста жареная	200	9,42	7,5	12	246,5
7,9,10,15	Рис отварной	200	7,3	13,1	49	347
Напитки						
	Чай черный с лимоном	200	-	-	11	45,12
	Чай зеленый с лимоном	200	-	-	11	45,12
всем	Хлеб белый	180	8,1	1,2	42	203
всем	Хлеб черный	120	4,4	0,73	31	190
Дополнительный ужин						
всем	Выпечка	50				
всем	Кисломолочный продукт	200	3,2	2,35	4,18	78

МЕНЮ НА ЧЕТВЕРГ

Взрослое меню		Химический состав				
Диета	Завтрак	Выход	Б	Ж	У	Ккал
Холодные блюда						
всем	Масло сливочное	10	-	8,5	0,1	75
всем	Яйцо вареное	40	15,5	12,2	16,9	240
всем	Каша молочная манная	150	4,9	6,04	23,3	166
Горячие блюда						
9,15	Гуляш из говядины	75/50	12,6	15	4,53	204,5
5,7,9,10	Рыба тушеная с овощами	75/25	6,5	16	1,6	180
5,7,9,10,15	Сеченики	75/5	15,3	26,1	0,9	252
Гарниры						
5,7,9,10,15	Каша геркулесовая	200	6,9	2	35	189
5,7,10,15	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31	213,8
Напитки						
	Чай	200			- 11	45,12
	Кофе черный	200	4,79	3,19	20	18,69
Обед						
Всем	Фрукт	1 шт	0,7	0,3	20,1	56
Всем	Холодная закуска	пор	10,1	28,1	10,4	281
Первые блюда						
9,15	Рассольник по-суздальски	400	5,4	9	4,02	270
5,7,9,10,15	Суп по-норвежски рыбный	400	13	12,6	43	368
5,7,9,10,15	Суп молочный геркулесовый	250	14	15,3	49,3	390
Вторые блюда						
9,10,15	Мясо отварное	75/5	24	26	1,86	334
5,7,9,10,15	Медальон из курицы рубленный	75/30	30,6	11,8	0,8	232
Гарниры						
5,7,10,15	Макаронные изделия отварные	200	7,3	13,1	49	341
5,7,9,10,15	Каша пшеничная с овощами	200	9,27	5,35	36,8	246,5
5,7,9,10,15	Капуста цветная жареная	200	4,1	0,4	10,2	60
Напитки						
всем	Напиток	200	0,56	-	28	113,8
Мучные изделия						
всем	Выпечка	50	7,8	3,64	42	219
Ужин		Выход	Б	Ж	У	Ккал

Холодная закуска	пор
Филе куриное"Солнечное"	75/5
Рис отварной	200
Чай черный с лимоном	200
Дополнительный ужин	
Выпечка	50
Йогурт	1 шт

Детское меню	Выход
Масло сливочное	10
Сеченики	75/5
Картофельное пюре	150
Каша молочная манная	150
Чай	200

Дополнительный завтрак	
Сырок глазированный	1 шт

Обед	Выход
Фрукт	1 шт
Холодная закуска	пор
Суп молочный геркулесовый	250
Медальон из курицы рубленный	75/30
Макаронные изделия отварные	150
Напиток	200
Выпечка	50

Ужин	Выход
-------------	--------------

Мучные изделия						
всем	Выпечка	50	5,8	24,7	13,8	437
Ужин						
Холодная закуска		пор				
Горячие блюда						
9,15	Плов из говядины	275	19,4	28,1	41,8	502
5,7,9,10,15	Фрикадельки мясные в сметан.соусе	110/50	14,6	10,1	1	154,1
Гарниры						
5,7,9,10,15	Каша гречневая	200	6,9		24,9	189
Дополнительное блюдо						
5,7,9,10,15	Каша молочная "Боярская"(пшено,изюм)	150	7,3	10	31,3	248
Напитки						
	Чай черный с лимоном	200	-	-	11	45,12
	Чай зеленый с лимоном	200			11	45,12
всем	Хлеб белый	180	8,1	1,2	42	203
всем	Хлеб черный	120	4,4	0,73	31	190
Дополнительный ужин						
всем	Выпечка	50				
всем	Кисломолочный продукт	200	3,2	2,35	4,18	78

Ужин	Выход
Мороженое	100
Фрикадельки мясные в сметан.соу	110/50
Каша гречневая	150
Чай черный с лимоном	200
Дополнительный ужин	
Йогурт	1 шт
Выпечка	50

Внимание!

- 1.В меню предварительного заказа напротив соответствующего названия блюда поставьте отметку.
- 2.Заказы блюд заполняются во время завтрака или обеда.
- 3.Лица,не сделавшие предварительный заказ,получают дежурное блюдо.
- 4.Из каждого раздела меню заказывается только одно блюдо.
- 5.Администрация имеет право вносить изменения в меню.
- 6.Просим не приглашать в столовую ваших гостей.
- 7.В нашей санатории не принято посещать столовую в верхней одежде,халатах,пижамах,купальниках.
- 6.Лицам,пропустившим завтрак,обед или ужин, компенсация по питанию не предусмотрена.
- 7.Посуду из обеденного зала выносить запрещается!!!

Заранее благодарны за понимание.

Администрация.

Приятного аппетита!