

УТВЕРЖДАЮ:
Начальник базы отдыха
«Турград»
С.Н. Евсюков
«12» июля 2025 г.

МЕНЮ
на 12 июля

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход Блюда (11-17лет)	Ккал
ЗАВТРАК	Бутерброд с джемом. Омлет натуральный с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб ржано- пшеничный «Прибалтийский» Батон «Подмосковный»	30/20/10 150 200 30 30		30/20/10 200 200 30 50	
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый (яблоко)	200		200	
ОБЕД	Суп «Харчо» с мясом говядины, с зеленью. Котлета из мяса птицы с сыром Бобовые отварные с маслом. Компот из плодов или ягод сушеных. (курага). Хлеб 1 сорт Хлеб «Минский»	200/15/1 100 150 200 50 20		250/20/1 120 180 200 60 50	
ПОЛДНИК	Пудинг творожный запеченный со сгущ. молоком. Напиток из шиповника Нектарин (фрукты свежие) Груша (фрукты свежие)	150/25 200 150 200		200/25 200 150 200	
УЖИН	Салат из свежих огурцов Гуляш из говядины. Каша гречневая рассыпчатая. Чай «Каркаде». Хлеб «Бородинский» Хлеб 1 сорт	60 90/45 150 200 30 40		100 100/50 180 200 40 60	
2 УЖИН	Кисломолочный продукт «Кефир». Вафли промышленного производства.	200 35		200 35	

Мед. работник

Саматов А. Х.