

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

МЕНЮ
на 18 июля

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход Блюда (11-17лет)	Ккал
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром. Каша «Дружба» Какао с молоком. Хлеб отрубной. Батон «Подмосковный»	30/10/15 200/5 200 30 30		30/10/15 250/5 200 30 50	
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый в инд. уп. (мультифрукт).	200		200	
ОБЕД	Огурец (порционно). Суп из овощей с мясом птицы. Рыба, тушенная в смет. соусе. Картофельное пюре с морковью Компот из плодов ягод сушеных (курага 200). Хлеб 1 сорт Хлеб с карт. хлопьями «Минский».	60 200/15/1 100/42/25 150 200 50 20		100 250/20/1 120/50/30 200 200 60 50	
ПОЛДНИК	Пудинг творожный запеченный со сг. молоком. Напиток из шиповника. Мандарин (фрукт).	150/25 200 150		150/25 200 150	
УЖИН	Салат из белокочанной капусты. Биточек из говядины с луком Макароны отварные с овощ Чай «Каркаде». Хлеб заварной «Бородинский». Хлеб 1 сорт.	60 90 200 200 30 40		100 100 230 230 40 60	
2 УЖИН	Кисломолочный продукт Кефир. Вафли пром. производста.	200 35		200 35	

Мед. работник

Саматов А. Х.