

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

МЕНЮ на 19 июля

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход Блюда (11-17лет)	Ккал
ЗАВТРАК	Бутерброд с колбасой. Каша овсяная из геркулеса, молочная. Кофейный напиток с молоком. Хлеб «Минский». Батон «Подмосковный»	30/15 200/5 200 30 30		30/20 250/5 200 30 50	
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый (вишневый).	200		200	
ОБЕД	Щи вегетарианские со сметаной. Филе куриное туш. в соусе с овощами. Каша гречневая рассыпчатая. Кисель из облепихи. Хлеб 1 сорт Хлеб отрубной.	200/1 90/45 150 200 50 20		250/1 100/50 180 200 60 50	
ПОЛДНИК	Кукурузные хлопья. Молоко кипяченое. Банан. (фрукты свежие)	35 200 200		35 200 200	
УЖИН	Салат из огурцов. Зелень свежая. Котлета рыбная «Любительская» Картофель запеченный. Чай черный с лимоном. Хлеб «Прибалтийский» Хлеб 1 сорт	60 1 100 200 200 30 40		100 1 120 230 200 40 60	
2 УЖИН	«Йогурт» кисломолочный продукт. Печенье овс промышленного производства.	200 35		200 35	

Мед работник



Саматов А. Х.