

УТВЕРЖДАЮ:
Начальник базы отдыха
«Турград»
С.Н. Евсюков
« 20 » июня 2025 г.

МЕНЮ
на 20 июня

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

Мед. работник

Саматов А. Х.