

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

МЕНЮ  
на 31 июля

| Прием пищи       | Наименование блюда                                                                                                                                                                      | Выход<br>Блюда<br>(7-10 лет)                      | Ккал | Выход<br>Блюда<br>(11-17лет)                      | Ккал |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------|------|
| <b>ЗАВТРАК</b>   | Бутерброд с маслом и сыром.<br>Каша молочная кукурузная жидкая<br>Чай черный с молоком.<br>Хлеб «Прибалтийский»<br>Батон «Подмосковный»                                                 | 30/10/18<br><br>200/5<br>200<br>30<br>30          |      | 30/10/18<br><br>250/5<br>200<br>30<br>50          |      |
| <b>2 ЗАВТРАК</b> | Сок фруктовый (мультифрукт)                                                                                                                                                             | 200                                               |      | 200                                               |      |
| <b>ОБЕД</b>      | Борщ с капустой и картофелем, с мясом говяди.<br>Шашлычок из феле циплѐнка<br>Рис приспущенный с овощами<br>Компот из замороженных ягод (клубника)<br>Хлеб 1 сорт<br>Хлеб «Бородинский» | 200/15/1<br><br>100<br>150<br><br>200<br>50<br>20 |      | 250/20/1<br><br>120<br>180<br><br>200<br>60<br>50 |      |
| <b>ПОЛДНИК</b>   | Бантики из слоенного теста с сахарной пудрой.<br>Сок фруктовый вишневый.<br>Фрукты свежие (яблоко).                                                                                     | 50<br><br>200<br>200                              |      | 50<br><br>200<br>200                              |      |
| <b>УЖИН</b>      | Помидоры порционно.<br>Котлета рыбная любительская.<br>Картофель тушеный.<br>Чай черный с натур. добавками (чабрец).<br>Хлеб «Минский»<br>Хлеб 1 сорт                                   | 60<br><br>100<br>200<br><br>200<br>30<br>40       |      | 100<br><br>120<br>230<br><br>200<br>40<br>60      |      |
| <b>2 УЖИН</b>    | Кисломолочный продукт «Снежок»<br>Пряник промышленного производства.                                                                                                                    | 200<br><br>35                                     |      | 200<br><br>35                                     |      |

Мед. работник

Саматов А. Х