

УТВЕРЖДАЮ:
Начальник базы отдыха
«Турград»

С.Н. Евсюков

« 03 » 06 2026 г.

МЕНЮ
на 03 июня

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход Блюда (11-17лет)	Ккал
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром «Российский»	30/10/15		30/10/20	
	Каша овсяная из » Геркулеса» молочная жидкая	200/5		250/5	
	Какао с молоком	200		200	
	Хлеб « Ржано-пшеничный»	30		30	
	Батон	30		50	
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)	200		200	
ОБЕД	Мясо птицы отварное на супы.	15		20	
	Суп из овощей	200		250	
	Рыба (филе)отварная с овощами и маслом	100/5		120/5	
	Картофельное пюре	150		200	
	Компот из плодов или ягод сушеных. (курага).	200		200	
	Хлеб 1 сорт	50		60	
	Хлеб «Отрубной»	20		50	
ПОЛДНИК	Бантики из слоеного теста с сахарной пудрой	50		50	
	Напиток из смеси сухофруктов	200		200	
	Фрукт (банан)	200		200	
УЖИН	Зелень свежая	2		2	
	Салат из свеклы отварной.	60		100	
	Биточек из говядины с луком	90		100	
	Каша гречневая рассыпчатая.	150		180	
	Соус томатный	50		50	
	Чай черный с нат. добавками.	200		200	
	Хлеб 1 сорт	40		60	
	Хлеб « Бородинский»	30		40	
2 УЖИН	Кисломолочный продукт «Кефир».	200		200	
	Печенье сдобное промышленного производства	35		35	

Секретарь:


