

УТВЕРЖДАЮ:
Начальник базы отдыха
«Турград»
 В.В.Непрынцев
« 29 » 07 2026г.

МЕНЮ на 29 июля

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Блюда (7-11 лет)	Ккал	Выход Блюда (12-17лет)	Ккал
ЗАВТРАК	Бутерброд с джемом			30/10/20	190,0
	Омлет натуральный			250/5	340,1
	Кофейный напиток			200	98,69
	Хлеб «ржано-пшеничный»			30	275,4
	Батон			30	100
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый яблочный (индивидуальная упаковка)			200	94,0
ОБЕД	Мясо птицы отварное на супы			20	48,2
	Суп пюре из разных овощей			250	108,65
	Гренки из пшеничного хлеба			30	376,8
	Биточки из говядины с луком			100	227,5
	Рис припущенный			180	215,0
	Соус молочный			50	84,0
	Компот из свежих яблок			200	31,07
	Хлеб 1 сорт			40	235,0
	Хлеб «Бородинский»			50	220,0
ПОЛДНИК	Пудинг творожный запеченный со сгущенным молоком			150/25	625,0
	Напиток цитрусовый			200	69,0
	Фрукт (яблоко)			200	52,0
УЖИН	Зелень свежая			2	0,35
	Помидор порционно			100	10,8
	Филе куриное (красное мясо)			120	116,0
	запеченное в сметане				
	Картофель отварной с зеленью			230	279,0
	Чай зеленый			200	40,6
	Хлеб «Минский»			40	240,0
2 УЖИН	Хлеб 1 сорт			50	235,0
	Кисломолочный продукт «Кефир»			200	100,0
	Печенье сахарное промышленного производства			35	157,5

Мед. работник



Гизатулина А.А.