

УТВЕРЖДАЮ:
Начальник базы отдыха
«Турград»
 В.В.Непрынцев
« 13 » 08 2026г.

МЕНЮ на 13 августа

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Блюда (7-11 лет)	Ккал	Выход Блюда (12-17лет)	Ккал
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром			30/10/18,75	115,0
	«Хохланд» пластины				
	Омлет натуральный			200	340,1
	Чай с молоком			200	87,3
	Хлеб «ржано-пшеничный»			30	275,4
	Батон			50	100,0
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый вишневый (индивидуальная упаковка)			200	106,0
ОБЕД	Мясо птицы отварное на супы			20	48,2
	Суп пюре из разных овощей			250	108,65
	Гренки из пшеничного хлеба			30	376,8
	Котлеты, рубленые из курицы			100	232,0
	Бобовые отварные			180	265,0
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм) лето			200	119,4
	Хлеб 1 сорт			40	235,0
	Хлеб «Бородинский»			50	220,0
ПОЛДНИК	Сырники из творога со сгущенным молоком			140/25	
	Напиток из смеси сухофруктов			200	27,9
	Фрукт (мандарин)			200	84,0
УЖИН	Зелень свежая			2	0,35
	Салат из свежих огурцов			100	62,1
	Гуляш из говядины			100/50	421,0
	Каша гречневая рассыпчатая			180	291,0
	Чай с лимоном			200	41,62
	Хлеб «Бородинский»			40	220,0
	Хлеб 1 сорт			50	235,0
	Зефир в шоколаде			54	
2 УЖИН	Кисломолочный продукт «Варенец»			200	57,0
	Вафли промышленного про-ва			35	119,7

Мед. работник



Гизатулина А.А.