



Утверждаю.

ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С.

МКОУ Чернышковская СШ №2

Оздоровительный лагерь

Меню на сегодня 19.07.23.

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд с сыром и слив. маслом	30/25/10		220	
Суп молочный с макарон. изд.	250		215	
Чай чёрный с сахаром	180		52	
Хлеб пшеничный в/с	30		57	
Итого	525		544	

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Овощи свежие (нарезка)	60		12	
Суп с макарон. изд и картоф на куб	200		101	
Желв из свинины	200		248	
Сок мультифруктовый	200		92	
Хлеб пшеничный в/с	40		76	
Хлеб ржаной	40		84	
Итого	740		613	