



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



Утверждаю:
МКОУ
«Чернышковская
СШ №2»
Директор школы

Соловьёв В.С.

МКОУ «Чернышковская СШ №2»
меню оздоровительного лагеря

на 3 июня 2026 г.

Третий день первой недели

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Завтрак											
<i>Бутерброд с сыром и сливочным маслом</i>	30/25/10	30/25/10	8.3	15.9	10.9	8.3	15.9	10.9	220	220	70
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	250	250	5.8	8.6	27.5	5.8	8.6	27.5	211	211	68
<i>Чай чёрный с сахаром</i>	200	200	0.6	0.2	14.8	0.6	0.2	14.8	56	56	38
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	40	40	3.3	0.6	14.4	3.3	0.6	14.4	76	76	78
Обед											
<i>Огурцы свежие</i>	100	100	0.8	0.2	2.6	0.8	0.2	2.6	15	15	364
<i>Суп картофельный с пшеном</i>	250	250	4.6	7.5	41.1	4.6	7.5	41.1	250	250	192
<i>Плов из птицы</i>	200	200	20.3	10.7	33.4	20.3	10.7	33.4	311	311	41
<i>Сок мультифруктовый</i>	200	200	1	0	18.2	1	0	18.2	77	77	33
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
<i>Хлеб ржаной</i>	40	40	2.8	0.5	17.0	2.8	0.5	17.0	84	84	79
Итого за день	1405	1405	52,4	45	201.6	52,4	45	201.6	1414	1414	