



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 18 июня 2026 г
Четвертый день первой недели

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийнос ть, ккал.		№ реце пта
			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 со сливочным маслом</i>	30/20	30/20	2.6	14.9	11	2.6	14.9	11	188	188	129
<i>Каша молочная манная</i>	250	250	3.8	9.1	38.9	3.8	9.1	38.9	252	252	176
<i>Какао с молоком</i>	200	200	3.3	3.5	20.5	3.3	3.5	20.5	127	127	18
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	50	50	4.1	0.7	18	4.1	0.7	18	95	95	35
Обед											
<i>Салат овощной Свежесть</i>	100	100	1.5	7.1	5.2	1.5	7.1	5.2	91	91	56
<i>Суп картофельный с рисом</i>	250	250	4.3	5.4	40.4	4.3	5.4	40.4	226	226	191
<i>Филе рыбы запечённое</i>	100	100	17.4	8.4	6.1	17.4	8.4	6.1	169	169	13
<i>Пюре картофельное</i>	180	180	3.3	5.4	22.8	3.3	5.4	22.8	153	153	29
<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	200	200	0.6	0.2	15.0	0.6	0.2	15.0	56	56	39
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	40	40	3.3	0.6	14.4	3.3	0.6	14.4	76	76	78
<i>Хлеб ржаной</i>	40	40	2.8	0.5	17.0	2.8	0.5	17.0	84	84	79
Итого за день	1460	1460	47	55.8	209.3	47	55.8	209.3	1517	1517	