



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



Утверждаю:
МКОУ
«Чернышковская СШ №2»
СШ №2

Соловьёв В.С.

**МКОУ «Чернышковская СШ №2»
меню оздоровительного лагеря**

на 23 июня 2026 г

Девятый день второй недели

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийнос ть, ккал.		№ реце пта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12- 18 лет	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			
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 пшеничная</i>	250	250	6.3	12.2	45.2	6.3	12.2	45.2	316	316	180
<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>	50	50	4.1	0.7	18	4.1	0.7	18	95	95	35
Обед											
<i>Салат из свежих помидоров и огурцов</i>	100	100	0.9	5.1	3.2	0.9	5.1	3.2	62	62	50
<i>Суп картофельный с пшеном</i>	250	250	4.6	7.5	41.1	4.6	7.5	41.1	250	250	192
<i>Жаркое по-домашнему из мяса кур</i>	200	200	24.4	8	19.1	24.4	8	19.1	246	246	96
<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	1400	1400	52.2	49.9	209.3	52.2	49.9	209.3	1488	1488	