



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



Утверждаю:
МКОУ
«Чернышковская СШ №2»
Директор школы

Соловьев В.С.

МКОУ «Чернышковская СШ №2»
меню оздоровительного лагеря
на 10 июля 2026 г
Двенадцатый день второй 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											
Бутерброд с сыром и сливочным маслом	30/25/10	30/25/10	8.3	15.9	10.9	8.3	15.9	10.9	220	220	70
Каша молочная манная	250	250	3.8	9.1	38.9	3.8	9.1	38.9	252	252	176
Чай чёрный с сахаром	200	200	0.6	0.2	14.8	0.6	0.2	14.8	56	56	38
Хлеб пшеничный в/с	40	40	3.3	0.6	14.4	3.3	0.6	14.4	76	76	78
Обед											
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	100	0.9	5.1	3.2	0.9	5.1	3.2	62	62	50
Суп картофельный с горохом	250	250	7.4	5.4	42.8	7.4	5.4	42.8	249	249	135
Котлета куриная Приоскольская	100	100	15	19.6	21.8	15	19.6	21.8	323	323	138
Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	180	180	6.1	6.5	37	6.1	6.5	37	231	231	30
Чай с сахаром и лимоном	200	200	0.6	0.2	15.0	0.6	0.2	15.0	56	56	39
Хлеб пшеничный в/с	40	40	3.3	0.6	14.4	3.3	0.6	14.4	76	76	78
Хлеб ржаной	40	40	2.8	0.5	17.0	2.8	0.5	17.0	84	84	79
Итого за день	1465	1465	52.1	63.7	230.2	52.1	63.7	230.2	1685	1685	