Организация осуществляющая питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

Утверждаю:
Директор школы

/Соловьёв В.С.

МКОУ «Чернышковская СШ №2»

меню оздоровительного лагеря

на 27 октября 2026 г.

Второй 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											
Бутерброд со сливочным маслом	***30/20***	***30/20***	***2.6***	***14.9***	***11***	***2.6***	***14.9***	***11***	***188***	***188***	***129***
Каша молочная ячневая	***250***	***250***	***5.1***	***9.3***	***49.8***	***5.1***	***9.3***	***49.8***	***303***	***303***	***172***
Чай чёрный с сахаром	***200***	***200***	***0.6***	***0.2***	***14.8***	***0.6***	***0.2***	***14.8***	***56***	***56***	***38***
Яблоко	***100***	***100***	***0.4***	***0.4***	***9.8***	***0.4***	***0.4***	***9.8***	***44***	***44***	***36***
Хлеб пшеничный в/с	***30***	***30***	***2.5***	***0.4***	***10.8***	***2.5***	***0.4***	***10.8***	***57***	***57***	***167***
Обед											
Салат из белокочанной капусты	***100***	***100***	***1.5***	***5.1***	***7.1***	***1.5***	***5.1***	***7.1***	***80***	***80***	***40***
Рассольник Петербургский	***250***	***250***	***4.7***	***6.7***	***39.6***	***4.7***	***6.7***	***39.6***	***239***	***239***	***136***
Филе кур, тушёное в соусе	***110***	***110***	***21***	***9.5***	***7.8***	***21***	***9.5***	***7.8***	***201***	***201***	***27***
Рис отварной со сливочным маслом	***180***	***180***	***5.9***	***9.3***	***41.5***	***5.9***	***9.3***	***41.5***	***273***	***273***	***190***
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	**1550**	**1550**	**51.0**	**57.1**	**238.6**	**51.0**	**57.1**	**238.6**	***1657***	**1657**	