Организация осуществляющая питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

Утверждаю:
Директор школы

/Соловьёв В.С.

МКОУ «Чернышковская СШ №2»

меню оздоровительного лагеря

на 30 октября 2026 г

Пятый 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											
Каша молочная пшённая	***250***	***250***	***7.5***	***10.8***	***58.8***	***7.5***	***10.8***	***58.8***	***363***	***363***	178
Батончик вафельный	***37***	***37***	***1.8***	***8.9***	***22.9***	***1.8***	***8.9***	***22.9***	***178***	***178***	86
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 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***
Компот из вишни сушёной	***200***	***200***	***0***	***0***	***16***	***0***	***0***	***16***	***64***	***64***	***281***
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	***1527***	***1527***	***48.3***	***58.4***	***269.3***	***48.3***	***58.4***	***269.3***	*1787*	*1787*	