



Организация осуществляющая питание:
И.П. Юматулова Я.С.

СОГЛАСОВАНО
Директор МКОУ «Захаровская СШ»:
Попов С.М.

СОГЛАСОВАНО.
Начальник лагеря:
Карпова Т.С.

МКОУ «Захаровская СШ»
меню оздоровительного лагеря
на 27 октября 2025 г.
Первый 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	2.4	15.4	15.1	2.4	15.4	15.1	209	209	1(1)
Каша рисовая вязкая на молоке	250	250	7.1	12.0	57.0	7.1	12.0	57.0	369	369	384(2)
Чай чёрный с сахаром	180	200	0.2	0	13.5	0.22	0	15.0	52	57.7	943(3)
Хлеб пшеничный в/с	30	50	2.5	0.4	10.8	4.1	0.6	18.0	57	95	ТТК78
Обед											
Огурцы свежие (нарезка)	60	100	0.6	0.1	2.1	0.75	0.12	2.62	12	15	751
Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью	200	250	4.9	10.0	36.2	4.9	10.0	36.2	254	254	ТТК53
Гуляш	90	100	11.5	24.1	5.0	11.5	24.1	5.0	283	283	591
Каша перловая со сливочным маслом	140/10	170/10	4.6	7.8	31.7	5.1	8.7	35.6	215	241	384(2)
Сок мультифруктовый	200	200	0	0	23	0	0	23	92	92	ТТК33
Хлеб пшеничный	40	40	3.3	0.6	14.4	3.3	0.6	14.4	76	76	ТТК78
Хлеб ржаной	40	40	2.8	0.5	17.0	2.8	0.5	17.0	84	84	ТТК79
Итого за день	1290	1460	39.9	70.9	225.8	42.17	72.02	238.92	1703	1775.7	