



Организация, осуществляющая питание:
И.П.Юматулова А.С.

СОГЛАСОВАНО.

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



СОГЛАСОВАНО.

Начальник лагеря:
Карпова Т.С.

МКОУ «Захаровская СШ»
меню оздоровительного лагеря
на 28 октября 2025 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	2.4	15.4	15.1	2.4	15.4	15.1	209	209	1(1)
Каша ячневая вязкая на молоке	250	250	8.2	12.5	39.7	8.2	12.5	39.7	348	348	384(2)
Чай чёрный с сахаром	180	200	0.2	0	13.5	0.22	0	15.0	52	57.7	943(3)
Яблоко	100	100	0.4	0.4	9.8	0.4	0.4	9.8	44	44	ТТК36
Хлеб пшеничный в/с	30	50	2.5	0.4	10.8	4.1	0.6	18.0	57	95	ТТК78
Обед											
Салат из белокочанной капусты	60	100	1.3	4.1	7.5	2.1	6.8	12.5	72	120	79(3)
Рассольник Петербургский	200	250	6.5	6.3	18.4	6.5	6.3	18.4	155	155	197
Филе кур, тушённое в соусе	90	100	16.3	6.5	6.6	18.1	7.2	7.3	151	167	643
Рис отварной со сливочным маслом	140/10	170/10	3.9	8.6	27.3	4.6	10.3	32.7	202	242	682(2)
Чай с лимоном	200/7	200/7	0.5	0.2	15.1	0.5	0.2	15.1	57	57	944(2)
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	1397	1567	51.2	59.1	206.6	53.2	60.8	215.0	1599	1654.7	