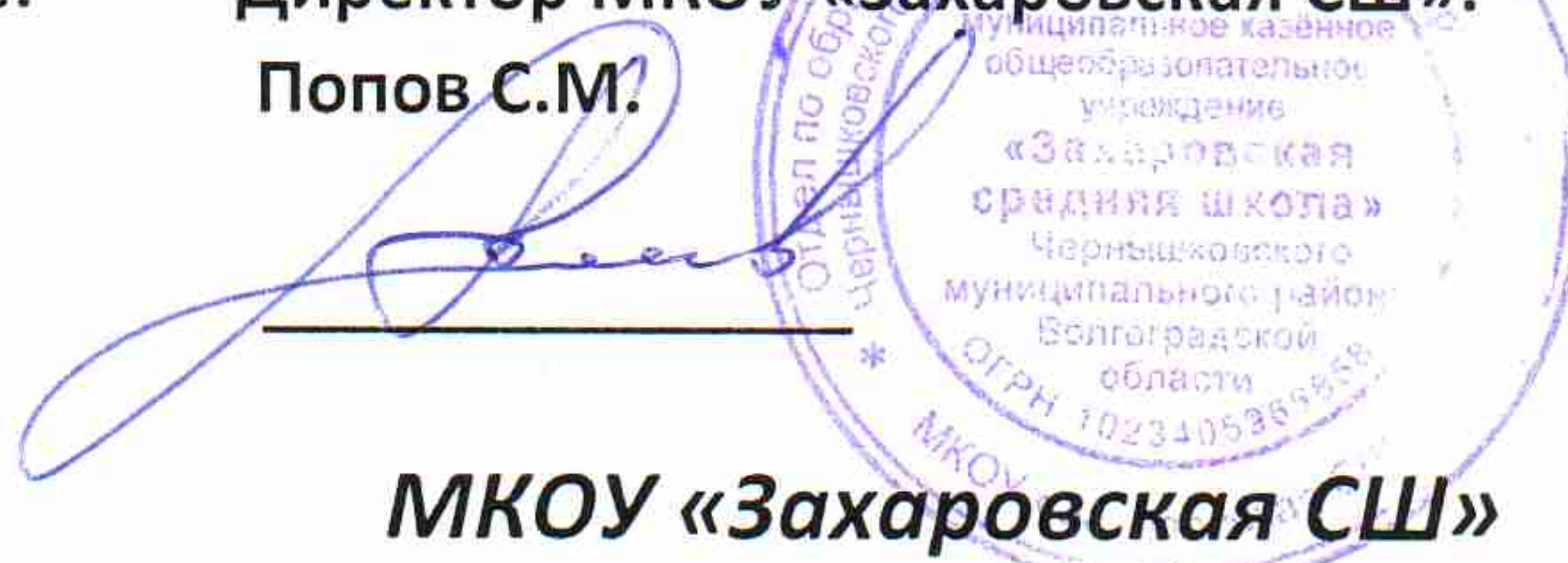


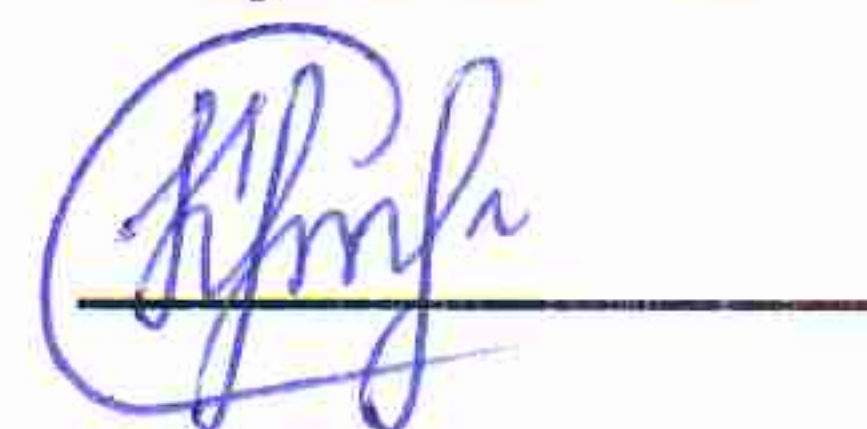
Организация
осуществляющая питание:
И.П. Юмагулова Я.С.



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



СОГЛАСОВАНО.
Начальник лагеря:
Карпова Т.С.



МКОУ «Захаровская СШ»
меню оздоровительного лагеря
на 30 марта 2026 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	6.5	12.3	48.2	6.5	12.3	48.2	330	330	384
Чай чёрный с сахаром	200	200	0.6	0.2	14.8	0.6	0.2	14.8	56	56	943
Хлеб пшеничный в/с	50	50	4.1	0.7	18.0	4.1	0.7	18.0	95	95	ТТК78
Обед											
Огурцы свежие (нарезка)	100	100	0.8	0.2	2.6	0.8	0.2	2.6	15	15	751
Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью	250	250	4.8	10.0	35.5	4.8	10.0	35.5	251	251	ТТК53
Гуляш	100	100	11.5	24.1	4.7	11.5	24.1	4.7	282	282	591
Каша перловая со сливочным маслом	170/10	170/10	5.2	7.9	36.1	5.2	7.9	36.1	236	236	384
Сок мультифруктовый	200	200	1	0	18,2	1	0	18.2	77	77	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	1360	1360	43,2	71.4	220.5	43,2	71.4	220.5	1690	1690	