

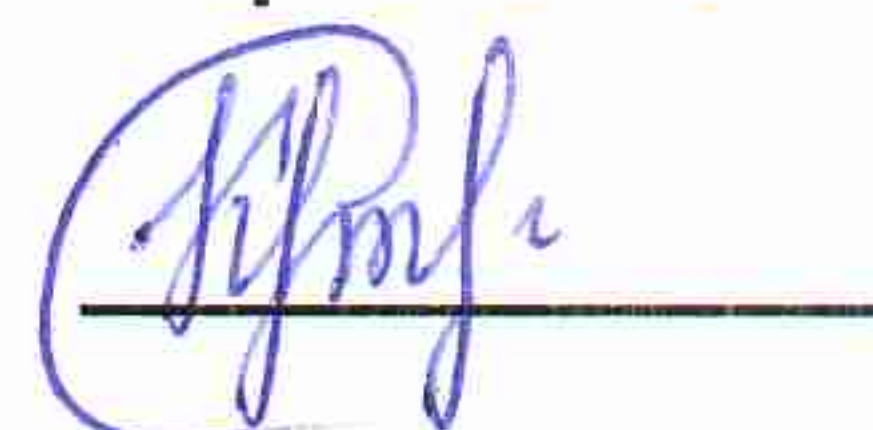
Организация
осуществляющая питание:
И.П. Юмагулова Я.С.



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



СОГЛАСОВАНО.
Начальник лагеря:
Карпова Т.С.



МКОУ «Захаровская СШ»
меню оздоровительного лагеря
на 31 марта 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	1
Каша ячневая вязкая на молоке	250	250	5.1	9.3	49.8	5.1	9.3	49.8	303	303	384
Чай чёрный с сахаром	200	200	0.6	0.2	14.8	0.6	0.2	14.8	56	56	943
Яблоко	100	100	0.4	0.4	9.8	0.4	0.4	9.8	44	44	847
Хлеб пшеничный в/с	30	30	2.5	0.4	10.8	2.5	0.4	10.8	57	57	ТТК78
Обед											
Салат из белокочанной капусты	100	100	1.5	5.1	7.1	1.5	5.1	7.1	80	80	79
Рассольник Петербургский	250	250	4.7	6.7	39.6	4.7	6.7	39.6	239	239	197
Филе кур, тушёное в соусе	110	110	21	9.5	7.8	21	9.5	7.8	201	201	643
Рис отварной со сливочным маслом	170/10	170/10	5.9	9.3	41.5	5.9	9.3	41.5	273	273	682
Чай с лимоном	200	200	0.6	0.2	15.0	0.6	0.2	15.0	56	56	944
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	1550	1550	51.0	57.1	237.6	51.0	57.1	237.6	1657	1657	