Организация осуществляющая питание: СОГЛАСОВАНО.
Директор МКОУ «Нижнегнутовская СШ»:
И.П. Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С. **Гладкова Т.А.**

МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

меню оздоровительного лагеря

на 26 октября 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*	*14.9*	*11.0*	*2.4*	*14.9*	*11.0*	*188*	*188*	*129*
Каша молочная рисовая	*250*	*250*	*6.5*	*12.3*	*48.2*	*6.5*	*12.3*	*48.2*	*330*	*330*	*59*
Чай чёрный с сахаром	*200*	*200*	*0.6*	*0.2*	*14.8*	*0.6*	*0.2*	*14.8*	*56*	*56*	*38*
Хлеб пшеничный в/с	*50*	*50*	*4.1*	*0.7*	*18.0*	*4.1*	*0.7*	*18.0*	*95*	*95*	*35*
Обед											
Огурцы свежие	*100*	*100*	*0.8*	*0.2*	*2.6*	*0.8*	*0.2*	*2.6*	*15*	*15*	*364*
Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью	*250*	*250*	*4.8*	*10.0*	*35.5*	*4.8*	*10.0*	*35.5*	*251*	*251*	*53*
Гуляш	*100*	*100*	*11.5*	*24.1*	*4.7*	*11.5*	*24.1*	*4.7*	*282*	*282*	*1*
Каша перловая со сливочным маслом	*180*	*180*	*5.2*	*7.9*	*36.1*	*5.2*	*7.9*	*36.1*	*236*	*236*	*189*
Сок мультифруктовый	*200*	*200*	*1*	*0*	*18,2*	*1*	*0*	*18.2*	*77*	*77*	*33*
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	1360	1360	43,2	71.4	220.5	43,2	71.4	220.5	*1690*	1690	