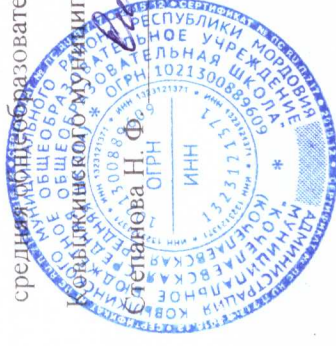


Утверждаю

Директор МБОУ «Кочелаевская

средняя общеобразовательная школа

Кочелайского муниципального района



Примерное 10-дневное меню

(весенне-летнее)

Питание учащихся (7-11 лет)

летнего оздоровительного
лагеря с дневным пребыванием детей

«Дружба»

МБОУ "Кочелавская средняя общеобразовательная школа"

а МБОУ "Кочелаевская средняя общеобразовательная школа" № 1

астная категория

7-11 лет

Утвердил: должность

фамилия

дата

директор

Степанова

1	6	2025
---	---	------

год	месяц	день
-----	-------	------

200

[illegible]

		гарнир	Гречка отварная	200	8.6	6.09	38.64	243.75	353	
		напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20.2	84.8	407	
		хлеб бел.	хлеб бел.	40	3.87	3.75	28.44	163	тк	
		хлеб черн.	хлеб черн.	60	2.64	0.44	15.04	76	тк	
		итого		925	24.8	26.59	82.84	908.55		0
2	Итого за день:			1525	37.1	49.55	163.96	1653.55		0
3	Завтрак	гор.блюдо	Омлет	150	14.27	22.16	2.65	268	438	
		гор.напиток	Йогурт	115	7.33	3	12.29	106	536	
		хлеб	Чай с сахаром	200	0	0	14.6	81	865	
		фрукты	хлеб	40	3.87	3.75	28.44	163	тк	
				100	1.50	0.50	21.00	95.00	338	
			Пряники	50	6.2	5	33.1	17.85	тк	
		итого		655	29.3	30.66	69.04	730.85		0
3	Обед	закуска	Салат из свежих овощей	80	1.41	6.01	8.26	92.8	70.75	
		1 блюдо	Суп с макаронными изделиями	250	2.15	2.27	13.96	94.6	116	
		2 блюдо	Птица отварная	90	22.3	14.2	0	223	487	
		гарнир	Рис отварной	200	8.6	6.09	38.64	243.75	353	
		напиток	Компот из сухофруктов	200	0.66	0.09	32.01	132.8	349	
		хлеб бел.	хлеб бел.	40	3.87	3.75	28.44	163	тк	
		хлеб черн.	хлеб черн.	60	2.64	0.44	15.04	76	тк	
		итого		920	12.82	14.46	92.87	1025.95		0
3	Итого за день:			1575	42.12	45.12	161.91	1756.8		0
4	Завтрак	гор.блюдо	Макароны с сыром	240	10.84	12.7	27.33	267.9	248	
		гор.напиток	Конфеты	30	0.57	1.62	9.62	124.35	к/к	
		хлеб	Какао с молоком	200	4	4	16	116	434	
		фрукты	хлеб	40	3.87	3.75	28.44	163	тк	
				100	1.50	0.50	21.00	95.00	338	
		итого		610	16.91	18.82	73.95	766.25		0
4	Обед	закуска	Салат из соленых огурцов	80	1.5	5.1	8.83	87.22	10	

