

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



СОГЛАСОВАНО.
Директор МКОУ «Тормосиновская СШ»:
Попова О.В.



СОГЛАСОВАНО.
Начальник лагеря:
Бирюкова О.Н.

Бирюкова О.Н.

МКОУ «Тормосиновская СШ»
меню оздоровительного лагеря
на 30 октября 2025 г.
Четвертый 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 манная вязкая на молоке	250	250	8.2	12.5	39.7	8.2	12.5	39.7	348	348	384(2)
Какао с молоком	200	200	3.2	2.7	25	0.22	0	15.0	137	57.7	959
Хлеб пшеничный в/с	30	50	2.5	0.4	10.8	4.1	0.6	18.0	57	95	ТТК78
Обед											
Салат овощной Свежесть	60	100	1.2	8.1	3.5	2	13.5	5.8	92	153	ТТК56
Суп картофельный с рисом на к/б	200	250	2.4	3.0	18.1	2.4	3.0	18.1	109	109	204(3)
Рыба припущенная - филе	90	100	12.9	10.6	4.9	14.3	11.7	5.4	166	184	488(3)
Картофельное пюре со сливочным маслом	140/10	170/10	3.2	10.5	20.8	3.8	12.6	24.9	190	228	299(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	1317	1467	42.6	64.5	184.4	44.02	70.6	188.5	1525	1600.7	