



Организация, осуществляющая питание:

И.П. Юмагулова Я.С.

Сергеевна

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МКОУ «Большетерновская СШ»

Власов А.В.



СОГЛАСОВАНО  
 Начальник лагеря:  
 В.М. Плугогоренко

**МКОУ «Большетерновская 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	
<b>Завтрак</b>											
<i>Бутерброд со сливочным маслом</i>	30/20	30/20	2.4	15.4	15.1	2.4	15.4	15.1	209	209	1(1)
<i>Каша рисовая вязкая на молоке</i>	250	250	7.1	12.0	57.0	7.1	12.0	57.0	369	369	384(2)
<i>Чай чёрный с сахаром</i>	180	200	0.2	0	13.5	0.22	0	15.0	52	57.7	943(3)
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	30	50	2.5	0.4	10.8	4.1	0.6	18.0	57	95	ТТК78
<b>Обед</b>											
<i>Огурцы свежие (нарезка)</i>	60	100	0.6	0.1	2.1	0.75	0.12	2.62	12	15	751
<i>Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью</i>	200	250	4.9	10.0	36.2	4.9	10.0	36.2	254	254	ТТК53
<i>Гуляш</i>	90	100	11.5	24.1	5.0	11.5	24.1	5.0	283	283	591
<i>Каша перловая со сливочным маслом</i>	140/10	170/10	4.6	7.8	31.7	5.1	8.7	35.6	215	241	384(2)
<i>Сок мультифруктовый</i>	200	200	0	0	23	0	0	23	92	92	ТТК33
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	40	3.3	0.6	14.4	3.3	0.6	14.4	76	76	ТТК78
<i>Хлеб ржаной</i>	40	40	2.8	0.5	17.0	2.8	0.5	17.0	84	84	ТТК79
<b>Итого за день</b>	1290	1460	39.9	70.9	225.8	42.17	72.02	238.92	1703	1775.7	



Организация, осуществляющая питание:

И.П. Юмагулова Я.С.

Сергеевна

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ «Большетерновская СШ»

Бласов А.В.



СОГЛАСОВАНО

Начальник лагеря:

В.М. Плуготоренко

**МКОУ «Большетерновская 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 Т 7-11	Возраст Т 12-18 лет	Т 7-11	Т 7-11	Возраст Т 7-11	Возраст Т 12-18 лет	Возраст Т 12-18 лет	Возраст Т 12-18 лет	Т 7-11	Возраст Т 12-18	
<b>Завтрак</b>											
<i>Бутерброд со сливочным маслом</i>	30/20	30/20	2.4	15.4	15.1	2.4	15.4	15.1	209	209	1(1)
<i>Каша ячневая вязкая на молоке</i>	250	250	8.2	12.5	39.7	8.2	12.5	39.7	348	348	384(2)
<i>Чай чёрный с сахаром</i>	180	200	0.2	0	13.5	0.22	0	15.0	52	57.7	943(3)
<i>Яблоко</i>	100	100	0.4	0.4	9.8	0.4	0.4	9.8	44	44	ТТК36
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	30	50	2.5	0.4	10.8	4.1	0.6	18.0	57	95	ТТК78
<b>Обед</b>											
<i>Салат из белокочанной капусты</i>	60	100	1.3	4.1	7.5	2.1	6.8	12.5	72	120	79(3)
<i>Рассольник Петербургский</i>	200	250	6.5	6.3	18.4	6.5	6.3	18.4	155	155	197
<i>Филе кур, тушённое в соусе</i>	90	100	16.3	6.5	6.6	18.1	7.2	7.3	151	167	643
<i>Рис отварной со сливочным маслом</i>	140/10	170/10	3.9	8.6	27.3	4.6	10.3	32.7	202	242	682(2)
<i>Чай с лимоном</i>	200/7	200/7	0.5	0.2	15.1	0.5	0.2	15.1	57	57	944(2)
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	40	3.3	0.6	14.4	3.3	0.6	14.4	76	76	ТТК78
<i>Хлеб ржаной</i>	40	40	2.8	0.5	17.0	2.8	0.5	17.0	84	84	ТТК79
<b>Итого за день</b>	<b>1397</b>	<b>1567</b>	<b>51.2</b>	<b>59.1</b>	<b>206.6</b>	<b>53.2</b>	<b>60.8</b>	<b>215.0</b>	<b>1599</b>	<b>1654.7</b>	



Организация, осуществляющая питание:

И.П. Юматулова А.С.

Сергеевна

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ «Большетерновская СШ»

Власов А.В.



СОГЛАСОВАНО

Начальник лагеря:

В.М. Плуготоренко

**МКОУ «Большетерновская СШ»  
меню оздоровительного лагеря**

*на 01 апреля 2026 г.*

**Третий 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	
<b>Завтрак</b>											
<i>Бутерброд с сыром и сливочным маслом</i>	30/25/10	30/10/25	8.3	15.9	10.9	8.3	15.9	10.9	220	220	21
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	250	250	5.8	9.1	27.5	5.8	9.1	27.5	215	215	235
<i>Чай чёрный с сахаром</i>	180	200	0.2	0	13.5	0.22	0	15.0	52	57.7	943(3)
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	30	50	2.5	0.4	10.8	4.1	0.6	18.0	57	95	ТТК78
<b>Обед</b>											
<i>Огурцы свежие (нарезка)</i>	60	100	0.6	0.1	2.1	0.75	0.12	2.62	12	15	751
<i>Суп с макаронными изделиями и картофелем на к/б</i>	200	250	2.4	2.8	16.5	2.4	2.8	16.5	101	101	217(3)
<i>Плов</i>	200	200	12.0	11.4	25.4	12.0	11.4	25.4	248	248	601
<i>Сок мультифруктовый</i>	200	200	0	0	23	0	0	23	92	92	ТТК33
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	40	3.3	0.6	14.4	3.3	0.6	14.4	76	76	ТТК78
<i>Хлеб ржаной</i>	40	40	2.8	0.5	17.0	2.8	0.5	17.0	84	84	ТТК79
<b>Итого за день</b>	1245	1395	37.9	40.8	161.1	39.67	41.02	170.32	1157	1203.7	





Организация, осуществляющая питание:

И.П. Юмагулова Я.С.

Сергеевна

СОГЛАСОВАНО.

Директор МКОУ «Большетерновская СШ»

Власов А.В.



СОГЛАСОВАНО

Начальник лагеря:

В.М. Плуготоренко



МКОУ «Большетерновская СШ»  
меню оздоровительного лагеря

на 03 апреля 2026 г.

Пятый 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	
<b>Завтрак</b>											
<i>Каша пшённая вязкая на молоке</i>	250	250	8.2	12.5	39.7	8.2	12.5	39.7	348	348	384(2)
<i>Батончик вафельный</i>	37	37	1.8	8.9	22.9	1.8	8.9	22.9	178	178	ТТК86
<i>Чай чёрный с сахаром</i>	180	200	0.2	0	13.5	0.22	0	15.0	52	57.7	943(3)
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	30	50	2.5	0.4	10.8	4.1	0.6	18.0	57	95	ТТК78
<b>Обед</b>											
<i>Салат из свежих помидоров и огурцов</i>	60	100	0.7	4.0	2.5	1.16	6.6	4.16	50	83	59
<i>Суп картофельный с горохом на к/б</i>	200	250	5.8	5.5	18.9	5.8	5.5	18.9	148	148	206(3)
<i>Котлета куриная</i>	100	100	13.8	34.5	16.1	13.8	34.5	16.1	430	430	ТТК42
<i>Макаронные изделия отварные со сливочным маслом</i>	140/10	170/10	5.2	7.8	32.7	6.2	9.3	39.2	222	266	414(1)
<i>Кисель плодово-ягодный*</i>	180	180	0	0	28.7	0	0	28.7	114	114	883
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	40	3.3	0.6	14.4	3.3	0.6	14.4	76	76	ТТК78
<i>Хлеб ржаной</i>	40	40	2.8	0.5	17.0	2.8	0.5	17.0	84	84	ТТК79
<b>Итого за день</b>	<b>1267</b>	<b>1427</b>	<b>44.3</b>	<b>74.7</b>	<b>217.2</b>	<b>47.38</b>	<b>79.0</b>	<b>234.06</b>	<b>1759</b>	<b>1879.7</b>	