

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

И.И. Шакина



Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 лет включительно

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 2-я нед. День 01.07.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	6,80	11,00	0,55	0,10	1,90
	2 блюдо	238	Хлебцы рыбные (минтай) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/7	20,59	181,07	14,43	10,27	7,76
		312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,80	191,40	3,90	11,50	22,70
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/7	3,20	60,00	0,07	0,02	15,00
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,25	1,65	21,25
	ИТОГО:				687	44,66	689,37	27,15	24,04
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	12,60	5,00	0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	11,35	148,25	5,49	5,27	16,54
		268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	49,63	344,00	16,50	24,20	14,30
	гарнир	317	Овощи в молочном соусе	1/200/50	17,15	288,00	4,35	16,70	30,20
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	6,00	132,80	0,66	0,09	32,01
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,30	1,65	21,25
ИТОГО:				940	100,00	1163,95	35,65	48,46	139,35
Полдник	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	23,00	83,40	0,10	0,20	19,60
	сладости		Кондитерское изделие(вафли)	1/75	15,10	232,50	5,50	7,16	36,63
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко)	1/200	20,00	94,00	0,80	0,80	19,60
ИТОГО:				475	58,10	409,90	6,40	8,16	75,83
ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК:				2102	202,76	2263,22	69,20	80,66	307,99

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ Солн № 1
И.И. Шаталов



Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 лет включительно

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 2-я неделя _____ День 02.07.2024г.

Прием пищ.	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша жидкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220	19,79	334,00	6,00	10,85	52,93
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сыром Российским	1/15/5/30	16,50	190,00	5,84	11,92	14,89
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,25	1,65	21,25
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	5,10	157,60	4,19	4,33	25,45
ИТОГО:				550	44,66	927,50	24,23	29,25	138,72
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	13,60	11,00	0,55	0,10	1,90
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной	1/250/10	13,77	105,82	2,05	6,48	8,26
		265	Плов из мяса говядины	1/100/300	61,86	644,00	32,98	33,78	52,04
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	7,50	119,20	0,10	0,12	25,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,30	1,65	21,25
	ИТОГО:				940	100,00	1125,92	43,93	42,63
Полдник	сладости	426	Булочка с повидлом обсыпная	1/100	13,10	640,00	13,20	28,72	82,26
	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	23,00	83,40	0,10	0,20	19,60
		фрукты		Фрукты свежие(апельсин)	1/200	22,00	94,00	0,80	0,80
ИТОГО:				500	58,10	817,40	14,10	29,72	121,46
ИТОГО ВТОРНИК:				1990	202,76	2870,82	82,26	101,60	392,93

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И. Маслова



Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 лет включительно

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 2-я неделя _____ День _____ 03.07.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211	Омлет с сыром	1/200	28,86	463,30	23,90	39,20	3,40
	гарнир	73	Икра кабачковая из свежих овощей	1/100	9,33	133,80			
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	3,20	132,80	2,73	7,19	14,50
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				600	44,66	975,80	35,49	48,63	95,36
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	12,60	5,00			
	1 блюдо	113	Суп-лапша домашняя	1/250	12,39	963,50	32,99	15,26	148,09
	2 блюдо	290/330	Птица тушеная в соусе сметанном	1/100/75	50,14	219,60			
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	15,60	336,00	10,60	7,50	47,80
	напиток	344	Компот из свежих плодов	1/200	6,00	114,60	0,16	0,16	27,88
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,30	1,65	21,25
	ИТОГО:				1006	100,00	1884,60	65,57	40,39
Полдник	сладости		Кондитерское изделие(зефир)	1/75	15,10	244,50	0,60	0,10	59,85
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко)	1/200	20,00	94,00	0,80	0,80	19,60
	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	23,00	83,40			
ИТОГО:				475	58,10	421,90	1,50	1,10	99,05
ИТОГО СРЕДА:				2081	202,76	3282,30	102,56	90,12	471,81

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ №1
И.И. Шавенко



Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 лет включительно

Школа _____ Отд./корп _____ Четверг 2-я неделя День 04.07.2024г.

Прием пищ.	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	1/200/80	20,10	756,00	40,92	30,96	78,40
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком сгущенным	1/200	4,79	143,20	3,30	2,40	26,70
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сыром "Российским"	1/15/5/30	16,50	190,00	5,84	11,92	14,89
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				630	44,66	1335,10	58,26	47,43	165,44
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	13,60	11,00	0,55	0,10	1,90
	1 блюдо	98	Суп крестьянский с крупой и сметаной	1/250/10	12,28	92,32	1,76	6,45	6,45
	2 блюдо	229	Рыба(минтай), тушеная в томате с овощами	1/100/100	41,35	210,00	19,50	9,90	7,60
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	22,00	191,40	3,90	11,50	22,70
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	7,50	119,20	0,10	0,12	25,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,30	1,65	21,25
	ИТОГО:				1040	100,00	869,82	34,06	30,22
Полдник	сладости		Крендель сахарный	1/100	13,10	370,00	7,08	13,14	55,74
	фрукты		Фрукты свежие(апельсин)	1/200	22,00	179,13	1,56	0,35	40,17
	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	23,00	83,40	0,10	0,20	19,60
ИТОГО:				500	58,10	632,53	8,74	13,69	115,51
ИТОГО ЧЕТВЕРГ:				2170	202,76	2837,45	101,06	91,34	390,15

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

И.И. Шадрин



Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 лет включительно

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 2-я неделя _____ День _____ 05.07.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	6,80	11,00	0,55	0,10	1,90	
	гарнир	203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	6,79	217,80		6,90	7,30	25,20
		282	Оладьи из говяжьей печени с малом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/110	22,70	328,00		19,52	22,64	7,64
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	5,10	157,60	4,19	4,33	25,45	
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,25	1,65	21,25	
Итого:				691	44,66	960,30	39,36	36,52	105,64	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	12,60	5,00		0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	14,53	125,15		2,10	7,02	11,36
		287/331	Голубцы(говядина,рис) с соусом сметанным с томатом	1/216/100	63,60	358,00		19,64	16,46	32,90
	2 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	6,00	132,80		0,66	0,09	32,01
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,20	
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,30	1,65	21,25	
Итого:				956	100,00	866,85	31,05	25,77	122,57	
Полдник	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	23,00	83,40				
	сладости		Кондитерское изделие(пряники)	1/75	15,10	279,80	0,10	0,20	19,60	
	фрукты		Фрукты свежие(яблоко)	1/200	20,00	94,00	4,85	6,15	51,23	
Итого:				475	58,10	457,20	5,75	7,15	90,43	
Итого пятница:				2122	202,76	2284,35	76,16	69,44	318,64	

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____

