



Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа

Отд./корп.

Понедельник 2-я нед.

День

07.07.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	5,75	11,00	0,55	0,10	1,90
	2 блюдо	238	Хлебцы рыбные (минтай) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/7	21,64	181,07	14,43	10,27	7,76
		312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	10,80	230,47	4,13	12,20	24,00
	гарнир						0,07	0,02	15,00
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/7	3,20	60,00	3,95	0,50	24,15
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	4,25	1,65	21,25
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				694	44,66	728,44	27,38	24,74	94,06
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	10,00	5,00	0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	10,35	148,25	5,49	5,27	16,54
		268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	50,23	344,00	16,50	24,20	14,30
	2 блюдо						4,35	16,70	30,20
	гарнир	317	Овощи в молочном соусе	1/200/50	18,15	288,00	0,66	0,09	32,01
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	6,00	132,80	3,95	0,50	24,15
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	4,25	1,65	21,25
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				940	100,00	1163,95	35,60	48,46	139,30
Полдник	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	30,00	83,40	0,10	0,20	19,60
	сладости		Кондитерское изделие(вафли)	1/75	16,00	232,50	5,50	7,16	36,63
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко) калиброванные	1/150	15,00	60,45	0,60	0,60	13,35
ИТОГО:				425	61,00	376,35	6,20	7,96	69,58
ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК:				2059	205,66	2268,74	69,18	81,16	302,94

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

№ 1

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа

Отд./корп

Вторник 2-я неделя

День

08.07.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша вязкая 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	1/15/10/30	16,50	227,50			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,15
	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:				575	44,66	965,00	24,28	33,40	138,72
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	11,50	11,00	0,55	0,10	1,90
		88	Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной	1/250/10	13,73	105,82			
	1 блюдо						2,05	6,48	8,26
	2 блюдо	265	Плов из мяса говядины	1/100/300	63,00	644,00	32,98	33,78	52,04
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	6,50	119,20	0,10	0,12	25,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,15
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				940	100,00	1125,92	43,88	42,63	132,70
Полдник	сладости	426	Булочка с повидлом обсыпная	1/100	16,00	640,00	13,20	28,72	82,26
			Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	26,00	83,40			
	напиток						0,10	0,20	19,60
	фрукты		Фрукты свежие(апельсин) калиброванные	1/150	19,00	44,00	1,41	0,18	17,63
ИТОГО:				450	61,00	767,40	14,71	29,10	119,49
ИТОГО ВТОРНИК:				1965	205,66	2858,32	82,87	105,13	390,91

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Сен № 1

ПОВАР-БРИГАДИР Мих

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ Евдок



УТВЕРЖДАЮ
И.П. ЗВЯГИНА Н.И.

Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа

Отд./корп

Среда 2-я неделя

День

09.07.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211	Омлет с сыром	1/170/20	28,86	440,14	22,70	29,40	3,23
	гарнир	73	Икра кабачковая из свежих овощей	1/100	9,33	133,80	2,73	7,19	14,50
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	3,20	132,80	0,66	0,09	32,01
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,10
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				590	44,66	952,64	34,29	38,83	95,09
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	10,00	5,00	0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	113	Суп-лапша домашняя	1/250	13,50	963,50	32,99	15,26	148,09
	2 блюдо	290/330	Птица тушеная в соусе сметанном	1/100/75	49,63	219,60	13,17	15,27	7,33
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	15,60	325,00	11,46	8,12	51,52
	напиток	344	Компот из свежих плодов	1/200	6,00	114,60	0,16	0,16	27,88
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,15
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				1006	100,00	1873,60	66,38	41,01	281,07
Полдник	сладости		Кондитерское изделие(зефир)	1/75	16,00	244,50	0,60	0,10	59,85
	фрукты		Фрукты свежие(яблоко) калиброванные	1/150	15,00	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	30,00	83,40	0,10	0,20	19,60
ИТОГО:				425	61,00	388,35	1,30	0,90	92,80
ИТОГО СРЕДА:				2021	205,66	3214,59	101,97	80,74	468,96

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ С.С.С.С. № 1

ПОВАР-БРИГАДИР С.С.С.С.

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ С.С.С.С.



УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа

Отд. Корп.

Четверг 2-я неделя

День

10.07.2025г.

Прием пищи	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	142,20	3,30	2,40	26,70
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сыром "Российским"	1/15/10/30	16,50	227,50	5,89	16,07	14,94
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,95	0,50	24,15
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				635	44,66	1371,60	58,31	51,58	165,44
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	11,50	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	42,45	210,00	19,50	9,90	7,60
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	22,00	230,47	4,13	12,20	24,00
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	6,50	119,20	0,10	0,12	25,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,15
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				1040	100,00	908,89	34,24	30,92	110,45
Полдник	сладости		Крендель сахарный	1/100	16,00	370,00	7,08	13,14	55,74
	фрукты		Фрукты свежие(апельсин) калиброванные	1/150	19,00	44,00	1,41	0,18	17,63
	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	26,00	83,40	0,10	0,20	19,60
ИТОГО:				450	61,00	497,40	8,59	13,52	92,97
ИТОГО ЧЕТВЕРГ:				2125	205,66	2777,89	101,14	96,02	368,86

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Сол № 1

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа

Отд./корп

Пятница 2-я неделя

День

11.07.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	5,75	11,00	0,55	0,10	1,90
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	7,84	208,40	7,55	0,90	42,56
		282	Оладьи из говяжьей печени с малом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	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	950,90	40,01	30,12	123,00
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	10,00	5,00	0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	12,60	125,15	2,10	7,02	11,36
		287/331	Голубцы(говядина,рис) с соусом сметанным с томатом	1/240/60	66,13	318,51	18,04	15,82	27,84
	2 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	6,00	132,80	0,66	0,09	32,01
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,15
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				940	100,00	827,36	29,40	25,13	117,46
Полдник	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	30,00	83,40	0,10	0,20	19,60
	сладости		Кондитерское изделие(пряники)	1/75	16,00	279,80	4,85	6,15	51,23
	фрукты		Фрукты свежие(яблоко) калиброванные	1/150	15,00	60,45	0,60	0,60	13,35
ИТОГО:				425	61,00	423,65	5,55	6,95	84,18
ИТОГО ПЯТНИЦА:				2056	205,66	2201,91	74,96	62,20	324,64

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ № 1

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ