



УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ Сом № 1  
И.И. Шаталова

Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 лет включительно

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп. \_\_\_\_\_ Понедельник 2-я нед. День 15.07.2024г.

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			
		238	Хлебцы рыбные (минтай) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/7	20,59	181,07	0,55	0,10	1,90
	2 блюдо	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,80	191,40	14,43	10,27	7,76
		гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/7	3,20	60,00	3,90	11,50
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	0,07	0,02	15,00
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	3,95	0,50	24,20
	ИТОГО:				687	44,66	689,37	4,25	1,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	12,60	5,00	27,15	24,04	92,81
		1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	11,35	148,25	0,40	0,05
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	49,63	344,00	5,49	5,27	16,54
		гарнир	317	Овощи в молочном соусе	1/200/50	17,15	288,00	16,50	24,20
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	6,00	132,80	4,35	16,70	30,20
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	0,66	0,09	32,01
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	3,95	0,50	24,20
ИТОГО:				940	100,00	1163,95	4,30	1,65	21,25
Полдник	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	23,00	83,40	35,65	48,46	139,35
		сладости	Кондитерское изделие(вафли)	1/75	13,10	232,50	0,10	0,20	19,60
		фрукты	Фрукты свежие(апельсин)	1/200	22,00	94,00	5,50	7,16	36,63
ИТОГО:				475	58,10	409,90	0,80	0,80	19,60
ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК:				2102	202,76	2263,22	6,40	8,16	75,83

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ





**УТВЕРЖДАЮ**  
**ДИРЕКТОР МБОУ Соци № 1**  
*И.И. Шаталова*

**Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 лет включительно**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ **Вторник 2-я неделя** День **16.07.2024г.**

Прием пищи	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			
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сыром Российским	1/15/5/30	16,50	190,00	6,00	10,85	52,93
	хлеб бел.		<b>Хлеб Пшеничный</b>	1/50	1,59	116,90	5,84	11,92	14,89
	хлеб чёрн.		<b>Хлеб Ржаной</b>	1/50	1,68	129,00	3,95	0,50	24,20
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	5,10	157,60	4,25	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				550	<b>44,66</b>	927,50	24,23	29,25	138,72
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	13,60	11,00			
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной	1/250/10	13,77	105,82	0,55	0,10	1,90
		265	Плов из мяса говядины	1/100/300	61,86	644,00	2,05	6,48	8,26
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	7,50	119,20	32,98	33,78	52,04
	хлеб бел.		<b>Хлеб Пшеничный</b>	1/50	1,59	116,90	0,10	0,12	25,10
	хлеб черн.		<b>Хлеб Ржаной</b>	1/50	1,68	129,00	3,95	0,50	24,20
<b>ИТОГО:</b>				940	<b>100,00</b>	1125,92	43,93	42,63	132,75
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			
		фрукты		Фрукты свежие(апельсин)	1/200	22,00	94,00	0,10	0,20
<b>ИТОГО:</b>				500	<b>58,10</b>	817,40	0,80	0,80	19,60
<b>ИТОГО ВТОРНИК:</b>				1990	<b>202,76</b>	2870,82	82,26	101,60	392,93

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

