

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

И.И. Шаясова



Пришкольный Лагерь от 11 до 17 включительно

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я неделя День 26.06.2024г.

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	235/331	Шницель рыбный натуральный с соусом сметанным с томатом	1/100/30	26,59	130,00	9,10	6,90	7,70
		312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	15,34	230,47	4,13	12,20	24,00
	гарнир								
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	6,00	132,80	0,66	0,09	32,01
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				720	60,00	750,17	22,64	21,44	111,06
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	12,60	5,00	0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	14,50	107,25	2,02	5,09	11,98
		250	Бефстроганов из мяса говядины	1/100/100	52,03	580,00	30,40	46,20	10,24
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	15,60	325,00	11,46	8,12	51,52
		302							
	напиток	344	Компот из свежих плодов	1/200	10,00	114,60	0,16	0,16	27,88
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
ИТОГО:				1031	110,00	1377,75	52,69	61,77	147,92
Полдник	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	179,13	1,56	0,35	40,17
	сладости	426	Булочка с повидлом обсыпаная	1/100	13,10	640,00	13,20	28,72	82,26
ИТОГО:				500	58,10	902,53	14,86	29,27	142,03
ИТОГО СРЕДА:				2251	228,10	3030,45	90,19	112,48	401,01

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
А.Н. Шаткина



Пришкольный Лагерь от 11 до 17 лет включительно

Школа _____ Отд./корп _____ Четверг 1-я неделя День 27.06.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222/337	Пудинг из творога(запеченый) с соусом яблочным	1/200/80	31,00	772,00	36,24	28,36	92,84
	гор.напиток	383	Какао с молоком сгущенным	1/200	7,23	157,60	4,19	4,33	25,45
		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	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				630	60,00	1365,50	54,47	46,76	178,63
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	13,60	11,00	0,55	0,10	1,90
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	14,35	148,25	5,49	5,27	16,54
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	53,58	241,70	14,10	18,40	15,70
	гарнир	203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	13,20	208,40	7,55	0,90	42,56
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	10,00	119,20	0,10	0,12	25,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
ИТОГО:				941	110,00	974,45	36,04	26,94	147,25
Полдник	фрукты		Фрукты свежие(апельсин)	1/200	22,00	179,13	1,56	0,35	40,17
	сладости		Кондитерское изделие(печенье)	1/75	13,10	287,25	5,03	5,66	54,05
	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	23,00	83,40	0,10	0,20	19,60
ИТОГО:				475	58,10	549,78	6,69	6,21	113,82
ИТОГО ЧЕТВЕРГ:				2046	228,10	2889,73	97,20	79,91	439,70

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

