



Пришкольный Лагерь от 12 лет и старше

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 1-я нед. День 30.06.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211	Омлет с сыром	1/170/20	35,40	440,14	22,70	29,40	3,23
	гарнир	73	Икра кабачковая из свежих овощей	1/100	13,33	133,80	2,73	7,19	14,50
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/7	6,00	60,00	0,07	0,02	15,00
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,15
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				597	60,00	879,84	33,70	38,76	78,13
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	12,00	6,25	0,50	0,06	1,06
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	14,10	109,00	2,57	2,78	15,69
	2 блюдо	290/331	Птица, тушенная в соусе сметанно-томатный	1/100/75	54,25	210,00	12,34	14,22	3,21
	гарнир	305	Рис припущенный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	18,38	266,60	4,85	5,73	48,90
	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	24,15
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				1026	110,00	970,55	29,12	25,03	146,27
Полдник	сладости	415	Крендель сахарный	1/100	16,00	370,00	7,08	13,14	55,74
	фрукты	338	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:				450	61,00	513,85	7,78	13,94	88,69
ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК:				2073	231,00	2364,24	70,60	77,73	313,09

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № _____
И.И. Шелест

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____





7/26/21

Пришкольный Лагерь от 12 лет и старше

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 1-я неделя День 01.07.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220	28,23	325,00	7,82	12,83	44,25
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	10,00	157,60	4,19	4,33	25,45
		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	2,59	116,90	3,95	0,50	24,15
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				575	60,00	956,00	26,10	35,38	130,04
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	13,50	13,75	0,69	0,12	2,38
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	14,53	125,15	2,10	7,02	11,36
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему из говядины	1/100/300	69,70	1475,20	61,60	120,40	38,40
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	7,00	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:				960	110,00	1979,20	72,69	129,81	122,64
Полдник	сладости		Кондитерское изделие(зефир)	1/75	12,00	244,50	0,60	0,10	59,85
	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	30,00	83,40	0,10	0,20	19,60
ИТОГО:				425	61,00	371,90	2,11	0,48	97,08
ИТОГО ВТОРНИК:				1960	231,00	3307,10	100,90	165,67	349,76

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № _____
И.И. Шабанов

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____





7/36/1

Пришкольный Лагерь от 12 лет и старше

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я неделя День 02.07.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	6,25	13,75	0,69	0,12	2,38
	2 блюдо	235	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	1/100/5	27,14	130,00	13,84	15,34	9,14
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	15,34	230,47	4,13	12,20	24,00
	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	24,15
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
	ИТОГО:			705	60,00	752,92	27,52	29,90	112,93
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	12,00	6,25	0,50	0,06	1,06
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	12,63	107,25	2,02	5,09	11,98
	2 блюдо	250	Бефстроганов из мяса говядины	1/100/100	58,50	580,00	30,40	46,20	10,24
	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:			1051	110,00	1379,00	52,74	61,78	148,08
Полдник	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	30,00	83,40	0,10	0,20	19,60
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко) калиброванные	1/150	15,00	60,45	0,60	0,60	13,35
	сладости	426	Булочка с повидлом обсыпаная	1/100	16,00	640,00	13,20	28,72	82,26
ИТОГО:				450	61,00	783,85	13,90	29,52	115,21
ИТОГО СРЕДА:				2206	231,00	2915,77	94,16	121,20	376,22

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____





Пришкольный Лагерь от 12 лет и старше

Школа

Отд./корп

Четверг 1-я неделя

День

03.07.2025г.

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	1/15/10/30	16,50	227,50			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,15
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				635	60,00	1403,00	54,52	50,91	178,63
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/100	13,50	13,75	0,69	0,12	2,38
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	12,35	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	58,18	241,70			
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	13,70	208,40	7,55	0,90	42,56
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	7,00	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:				961	110,00	977,20	36,13	26,96	147,68
Полдник	фрукты		Фрукты свежие(апельсин) калиброванные	1/150	19,00	44,00	1,41	0,18	17,63
	сладости		Кондитерское изделие(печенье)	1/75	12,00	287,25	5,03	5,66	54,05
	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	414,65	6,54	6,04	91,28
ИТОГО ЧЕТВЕРГ:				2021	231,00	2794,85	97,19	83,91	417,59

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



Пришкольный Лагерь от 12 лет и старше

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я неделя День 04.07.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220	28,23	291,00			
							5,10	10,72	43,40
		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	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	10,00	103,50			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,15
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				575	60,00	867,90	22,29	31,34	120,94
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/100	12,00	6,25			
							0,50	0,06	1,06
	1 блюдо	108/109	Суп картофельный с клёцками	1/65/250	14,33	211,85			
							5,61	6,50	27,81
	2 блюдо	229	Рыба(минтай), тушеная в томате с овощами	1/100/50	50,40	210,00			
							19,50	9,90	7,60
	гарнир		Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%						
		312		1/200	22,00	230,47	4,13	12,20	24,00
	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	24,15
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				1065	110,00	1037,27	38,60	30,90	137,88
Полдник	сладости		Мороженое Пломбир в вафельном стаканчике	1/100	46,00	138,00			
							3,70	15,00	22,40
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко) калиброванные	1/150	15,00	60,45			
						0,60	0,60	13,35	
				250	61,00	198,45	4,30	15,60	35,75
ИТОГО:				1890	231,00	2103,62	65,19	77,84	294,57

ИТОГО ПЯТНИЦА:

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ № 1

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____

