



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

М.И. Шляпки

Пришкольный Лагерь от 11 до 17 лет включительно

Школа

Отд./корп.:

Понедельник 1-я нед. День

08.07.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211	Омлет с сыром	1/200	35,40	463,30	23,90	39,20	3,40
		73	Икра кабачковая из свежих овощей	1/100	13,33	133,80			
	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	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
ИТОГО:				607	60,00	903,00	34,90	48,56	78,35
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	12,60	5,00	0,40	0,05	0,85
		103	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	14,10	109,00	2,57	2,78	15,69
	1 блюдо	290/330	Птица, тушеная в соусе сметанном	1/100/75	51,25	224,10	12,34	15,47	8,80
		гарнир	305	Рис припущенный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	16,78	266,60	4,85	5,73
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	10,00	132,80	0,66	0,09	32,01
		хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
	ИТОГО:				1006	110,00	983,40	29,07	26,27
Полдник	сладости	415	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
			Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	23,00	83,40			
напиток						0,10	0,20	19,60	
ИТОГО:				500	58,10	632,53	8,74	13,69	115,51
ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК:				2113	228,10	2518,93	72,71	88,52	345,56

ИП ЗВЯГИНА Н.И.



ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
И.И. Шадеев

Пришкольный Лагерь от 11 до 17 лет включительно

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Вторник 1-я неделя День 09.07.2024г.

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	1/15/5/30	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:				570	60,00	918,50	26,05	31,23	130,04
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	13,60	11,00	0,55	0,10	1,90
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	15,53	125,15	2,10	7,02	11,36
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему из говядины	1/100/200	65,60	1475,20	61,60	120,40	38,40
	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:				940	110,00	1976,45	72,60	129,79	122,21
Полдник	сладости		Кондитерское изделие(зефир)	1/75	13,10	244,50	0,60	0,10	59,85
	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:				475	58,10	507,03	2,26	0,65	119,62
ИТОГО ВТОРНИК:				1985	228,10	3401,98	100,91	161,67	371,87

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

*М.И. Шабалин*

Пришкольный Лагерь от 11 до 17 включительно

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я неделя День 10.07.2024г.

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	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
	2 блюдо		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%						
		302		1/194/7	15,60	325,00	11,46	8,12	51,52
	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 СОСН № 1  
М.И. Шацкий

Пришкольный Лагерь от 11 до 17 лет включительно

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Четверг 1-я неделя День 11.07.2024г.

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
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. \_\_\_\_\_  
 Звягина  
 Належда  
 Ильинична  
 ПОВАР-БРИГАДИР \_\_\_\_\_  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_  
 263508355  
 ИП 3082635225008



**УТВЕРЖДАЮ**  
**ДИРЕКТОР МБОУ** СОВ № 1  
Ильинична

**Пришкольный Лагерь от 11 до 17 лет включительно**

Школа

Отд./корп: Пятница 1-я неделя День 12.07.2024г.

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
	гор.напиток	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
		379	Кофейный напиток с молоком	1/200	10,00	103,50			
хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,10	2,40	17,20	
хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20	
<b>ИТОГО:</b>				570	<b>60,00</b>	830,40	22,24	27,19	120,94
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	12,60	5,00			
							0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	108/109	Суп картофельный с клёцками	1/65/250	14,73	211,85			
							5,61	6,50	27,81
	2 блюдо	229	Рыба(минтай), тушеная с овощами	1/100/100	45,40	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	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	10,00	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 черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25	
<b>ИТОГО:</b>				1030	<b>110,00</b>	1036,02	38,55	30,89	137,72
Полдник	сладости	406	Пирожок печёный из дрожжевого теста с повидлом	1/100	13,10	304,00			
							5,50	4,29	59,23
	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	
<b>ИТОГО:</b>				500	<b>58,10</b>	566,53	7,16	4,84	119,00
<b>ИТОГО ПЯТНИЦА:</b>				2100	<b>228,10</b>	2432,95	67,95	62,92	377,66

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

