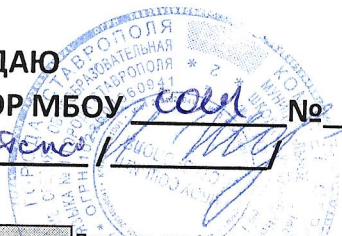


УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1
И.И. Швагина



Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 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 | 28,86 | 463,30 | 23,90 | 39,20 | 3,40 |
| | | 73 | Икра кабачковая из свежих овощей | 1/100 | 9,33 | 133,80 | 2,73 | 7,19 | 14,50 |
| | гарнир | | | | | | 0,07 | 0,02 | 15,00 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с лимоном* | 1/200/7 | 3,20 | 60,00 | 0,07 | 0,02 | 15,00 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,59 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,68 | 129,00 | 4,25 | 1,65 | 21,25 |
| ИТОГО: | | | | 607 | 44,66 | 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 |
| | 1 блюдо | 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 1/250 | 13,10 | 109,00 | 2,57 | 2,78 | 15,69 |
| | 2 блюдо | 290/330 | Птица, тушеная в соусе сметанном | 1/100/75 | 48,25 | 224,10 | 12,34 | 15,47 | 8,80 |
| | гарнир | 305 | Рис припущенный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 16,78 | 254,00 | 4,50 | 5,00 | 47,60 |
| | напиток | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 1/200 | 6,00 | 132,80 | 0,66 | 0,09 | 32,01 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,59 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб черн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,68 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| | ИТОГО: | | | | 1006 | 100,00 | 970,80 | 28,72 | 25,54 |
| 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 |
| | напиток | | Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.) | 1/200 | 23,00 | 83,40 | 0,10 | 0,20 | 19,60 |
| ИТОГО: | | | | 500 | 58,10 | 632,53 | 8,74 | 13,69 | 115,51 |
| ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК: | | | | 2113 | 202,76 | 2506,33 | 72,36 | 87,79 | 344,26 |

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

СОШ № 1

И.И. Мясников



Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 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 | 19,79 | 325,00 | 7,82 | 12,83 | 44,25 |
| | гор.напиток | 382 | Какао с молоком | 1/200 | 5,10 | 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 | 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: | | | | 570 | 44,66 | 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 | 13,53 | 125,15 | 2,10 | 7,02 | 11,36 |
| | 2 блюдо | 259 | Жаркое по-домашнему из говядины | 1/100/200 | 62,10 | 1475,20 | 61,60 | 120,40 | 38,40 |
| | напиток | 352 | Кисель из свежих яблок | 1/200 | 7,50 | 119,20 | 0,10 | 0,12 | 25,10 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,59 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб черн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,68 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| ИТОГО: | | | | 940 | 100,00 | 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 | 202,76 | 3401,98 | 100,91 | 161,67 | 371,87 |

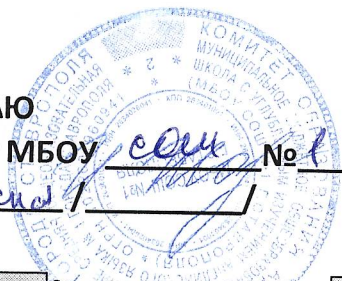
ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ Сели **№ 1**
Н.Н. Шасткина



Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 лет включительно

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

| Прием пищ. | 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 | 20,59 | 130,00 | 9,10 | 6,90 | 7,70 |
| | гарнир | 312 | Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 10,80 | 191,40 | 3,90 | 11,50 | 22,70 |
| | | напиток | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 1/200 | 3,20 | 132,80 | 0,66 | 0,09 |
| | 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: | | | | 720 | 44,66 | 711,10 | 22,41 | 20,74 | 109,76 |
| 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 |
| | 2 блюдо | 250 | Бефстроганов из мяса говядины | 1/100/100 | 48,03 | 580,00 | 30,40 | 46,20 | 10,24 |
| | гарнир | 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 15,60 | 336,00 | 10,60 | 7,50 | 47,80 |
| | напиток | 344 | Компот из свежих плодов | 1/200 | 6,00 | 114,60 | 0,16 | 0,16 | 27,88 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,59 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб черн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,68 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| ИТОГО: | | | | 1031 | 100,00 | 1388,75 | 51,83 | 61,15 | 144,20 |
| 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 | 202,76 | 3002,38 | 89,10 | 111,16 | 395,99 |

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ *Саша* **№ 1**
И.И. Шадрин



Пришкольный лагерь от 6.6 до 10 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 | 20,10 | 772,00 | 36,24 | 28,36 | 92,84 |
| | гор.напиток | 383 | Какао с молоком сгущенным | 1/200 | 4,79 | 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 | | | |
| | 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: | | | | 630 | 44,66 | 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 | 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 | 51,58 | 241,70 | 14,10 | 18,40 | 15,70 |
| | гарнир | 203 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 11,70 | 217,80 | 6,90 | 7,30 | 25,20 |
| | напиток | 352 | Кисель из свежих яблок | 1/200 | 7,50 | 119,20 | 0,10 | 0,12 | 25,10 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,59 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб черн. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,68 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| ИТОГО: | | | | 941 | 100,00 | 983,85 | 35,39 | 33,34 | 129,89 |
| 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 | 202,76 | 2899,13 | 96,55 | 86,31 | 422,34 |

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ

И.И. Шелева

№ 1



Пришкольный Лагерь от 6.6 до 10 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 | 19,79 | 291,00 | | | |
| | | 3 | Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%и сыром "Российским" | 1/15/5/30 | 16,50 | 190,00 | 5,10 | 10,72 | 43,40 |
| | гор.напиток | 379 | Кофейный напиток с молоком | 1/200 | 5,10 | 103,50 | | | |
| | | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,59 | 116,90 | 3,10 | 2,40 | 17,20 |
| | | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,68 | 129,00 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| ИТОГО: | | | 570 | 44,66 | 830,40 | 22,24 | 27,19 | 120,94 | |
| Обед | закуска | 71 | Овощи натуральные свежие (огурцы) | 1/80 | 12,60 | 5,00 | | | |
| | 1 блюдо | 108/109 | Суп картофельный с клецками | 1/65/250 | 12,73 | 211,85 | 0,40 | 0,05 | 0,85 |
| | | 229 | Рыба(минтай), тушеная с овощами | 1/100/100 | 43,40 | 210,00 | 5,61 | 6,50 | 27,81 |
| | гарнир | 312 | Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/18 | 22,00 | 191,40 | 3,90 | 11,50 | 22,70 |
| | | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 1/200 | 6,00 | 132,80 | 0,66 | 0,09 | 32,01 |
| | напиток | | Хлеб Пшеничный | 1/50 | 1,59 | 116,90 | 3,95 | 0,50 | 24,20 |
| | хлеб бел. | | Хлеб Ржаной | 1/50 | 1,68 | 129,00 | 4,30 | 1,65 | 21,25 |
| ИТОГО: | | | 1030 | 100,00 | 996,95 | 38,32 | 30,19 | 136,42 | |
| 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 |
| ИТОГО: | | | 500 | 58,10 | 566,53 | 7,16 | 4,84 | 119,00 | |
| ИТОГО ПЯТНИЦА: | | | | 2100 | 202,76 | 2393,88 | 67,72 | 62,22 | 376,36 |

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

