

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ *Сорок* **№ 1**



Пришкольный Лагерь

Школа _____ Отд./корп _____ Понедельник 1-я нед _____ День **17.06.2024г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211	Омлет с сыром	1/200	21,79	463,30	23,90	39,20	3,40
	гарнир	73	Икра кабачковая из свежих овощей	1/100	8,33	133,80	2,73	7,19	14,50
		гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/7	3,20	60,00	0,07	0,02
	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:				607	36,59	903,00	34,90	48,56	78,35
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	15,70	5,00	0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	17,44	109,00	2,57	2,78	15,69
		290/330	Птица, тушенная в соусе сметанном	1/100/75	58,22	224,10	12,34	15,47	8,80
	гарнир	305	Рис припущенный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	20,62	266,60	4,85	5,73	48,90
		349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	10,75	132,80	0,66	0,09	32,01
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,30	1,65	21,25
	хлеб черн.								
ИТОГО:				1006	128,00	983,40	29,07	26,27	151,70
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	94,00	0,80	0,80	19,60
	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	547,40	7,98	14,14	94,94
ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК:				2113	222,69	2433,80	71,95	88,97	324,99

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1



Пришкольный Лагерь

Школа _____ Отд./корп _____ Вторник 1-я неделя _____ День _____ 18.06.2024г.

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	17,72	325,00			
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	4,10	157,60	7,82	12,83	44,25
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сыром Российским	1/15/5/30	11,50	190,00			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	5,84	11,92	14,89
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	3,95	0,50	24,20
ИТОГО:				570	36,59	918,50	26,05	31,23	130,04
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	17,80	11,00	0,55	0,10	1,90
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	18,53	125,15	2,10	7,02	11,36
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему из говядины	1/100/200	71,20	1475,20	61,60	120,40	38,40
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	15,20	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	128,00	1976,45	72,60	129,79
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			
ИТОГО:				475	58,10	507,03	2,26	0,65	119,62
ИТОГО ВТОРНИК:				1985	222,69	3401,98	100,91	161,67	371,87

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ СШ № 1

И.И. Шлягина



Пришкольный Лагерь

Школа _____ Отд./корп _____ Среда 1-я Неделя _____ День 19.06.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	5,80	11,00			
	2 блюдо	235/331	Шницель рыбный натуральный с соусом сметанным с томатом	1/100/30	17,52	130,00	0,55	0,10	1,90
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	6,80	230,47			
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	3,20	132,80	4,13	12,20	24,00
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	0,66	0,09	32,01
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	3,95	0,50	24,20
ИТОГО:				720	36,59	750,17	4,25	1,65	21,25
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	15,70	5,00			
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	22,08	107,25	0,40	0,05	0,85
	2 блюдо	250	Бефстроганов из мяса говядины	1/100/100	54,53	580,00	2,02	5,09	11,98
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	20,02	325,00	30,40	46,20	10,24
	напиток	344	Компот из свежих плодов	1/200	10,40	114,60	11,46	8,12	51,52
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,16	0,16	27,88
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
ИТОГО:				1031	128,00	1377,75	4,30	1,65	21,25
Полдник	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	23,00	83,40	52,69	61,77	147,92
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко)	1/200	20,00	94,00	0,10	0,20	19,60
	сладости	426	Булочка с повидлом обсыпаная	1/100	15,10	640,00	0,80	0,80	19,60
ИТОГО:				500	58,10	817,40	13,20	28,72	82,26
ИТОГО СРЕДА:				2251	222,69	2945,32	89,43	112,93	380,44

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ



№

Пришкольный Лагерь

Школа

Отд./корп

Четверг 1-я неделя

День

20.06.2024г.

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	18,03	772,00	36,24	28,36	92,84
	гор.напиток	383	Какао с молоком сгущенным	1/200	3,79	157,60	4,19	4,33	25,45
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%и сыром "Российским"	1/15/5/30	11,50	190,00			
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	5,84	11,92	14,89
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	3,95	0,50	24,20
ИТОГО:				630	36,59	1365,50	4,25	1,65	21,25
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	17,80	11,00	0,55	0,10	1,90
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	21,35	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	48,68	241,70	14,10	18,40	15,70
	гарнир	203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	19,70	208,40	7,55	0,90	42,56
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	15,20	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	128,00	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	222,69	2889,73	97,20	79,91	439,70

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МБОУ *С.С.И.* № *1*
И.К.Шалаева



Пришкольный Лагерь

Школа _____ Отд./корп _____ Пятница 1-я неделя День **21.06.2024г.**

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	17,72	291,00			
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сыром "Российским"	1/15/5/30	11,50	190,00	5,10	10,72	43,40
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,10	103,50	5,84	11,92	14,89
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,59	116,90	3,10	2,40	17,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	3,95	0,50	24,20
ИТОГО:				570	36,59	830,40	22,24	27,19	120,94
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	15,70	5,00			
	1 блюдо	108/109	Суп картофельный с клёцками	1/65/250	21,73	211,85	0,40	0,05	0,85
		229	Рыба(минтай), тушеная с овощами	1/100/100	48,85	210,00	5,61	6,50	27,81
	гарнир		Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	25,70	230,47	19,50	9,90	7,60
		312							
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	10,75	132,80	4,13	12,20	24,00
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	2,59	116,90	0,66	0,09	32,01
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	3,95	0,50	24,20
ИТОГО:				1030	128,00	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
	напиток		Фрукты свежие(апельсин)	1/200	22,00	94,00	0,80	0,80	19,60
			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	481,40	6,40	5,29	98,43
ИТОГО ПЯТНИЦА:				2100	222,69	2347,82	67,19	63,37	357,09

ИП Звягина Н.И. _____
 Повар-бригадир *Звягина Наталья Ильинична* _____
 Экономист по ценам _____

