

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1

И.И. Шадеев



Пришкольный Лагерь

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 2-я неделя \_\_\_\_\_ День \_\_\_\_\_ 01.06.2024г.

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			
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	3,20	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 чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,25	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				600	<b>36,59</b>	975,80	35,49	48,63	95,36
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	15,70	5,00	0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	113	Суп-лапша домашняя	1/250	18,39	963,50	32,99	15,26	148,09
	2 блюдо	290/330	Птица тушеная в соусе сметанном	1/100/75	58,22	219,60			
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	20,02	325,00	11,46	8,12	51,52
	напиток	344	Компот из свежих плодов	1/200	10,40	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
<b>ИТОГО:</b>				1006	<b>128,00</b>	1873,60	66,43	41,01	281,12
Полдник	сладости		Кондитерское изделие(зефир)	1/75	15,10	244,50	0,60	0,10	59,85
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко)	1/200	20,00	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			
<b>ИТОГО:</b>				475	<b>58,10</b>	421,90	1,50	1,10	99,05
<b>ИТОГО СРЕДА:</b>				2081	<b>222,69</b>	3271,30	103,42	90,74	475,53

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ

СОШ № 1



Пришкольный Лагерь

Школа

Отд./корп

Понедельник 1-я нед

День

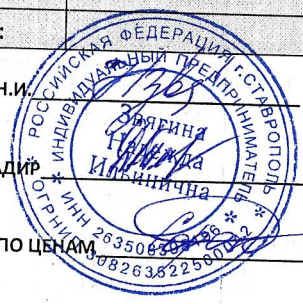
03.06.2024г.

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			
	гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/7	3,20	60,00	0,07	0,02	14,50
	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
	2 блюдо	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
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	10,75	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
	ИТОГО:				1006	128,00	983,40	29,07	26,27
Полдник	сладости	415	Крендель сахарный	1/100	15,10	370,00	7,08	13,14	55,74
	фрукты	338	Фрукты свежие(яблоко)	1/200	20,00	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			
	ИТОГО:				500	58,10	547,40	7,98	14,14
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



Пришкольный Лагерь

Школа

Отд./корп

Вторник 1-я неделя Июнь

04.06.2024г.

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	4,19	4,33	25,45
	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	0,10	0,20	19,60
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** № 1



**Пришкольный Лагерь**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я неделя \_\_\_\_\_ День **05.06.2024г.**

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	0,55	0,10	1,90
	2 блюдо	235/331	Шницель рыбный натуральный с соусом сметанным с томатом	1/100/30	17,52	130,00	9,10	6,90	7,70
		312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	6,80	230,47	4,13	12,20	24,00
	гарнир								
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	3,20	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 чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,68	129,00	4,25	1,65	21,25
<b>ИТОГО:</b>				720	<b>36,59</b>	750,17	22,64	21,44	111,06
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	15,70	5,00	0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	1/250	22,08	107,25	2,02	5,09	11,98
		250	Бефстроганов из мяса говядины	1/100/100	54,53	580,00	30,40	46,20	10,24
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	20,02	325,00	11,46	8,12	51,52
	напиток	344	Компот из свежих плодов	1/200	10,40	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
	<b>ИТОГО:</b>				1031	<b>128,00</b>	1377,75	52,69	61,77
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	338	Фрукты свежие(яблоко)	1/200	20,00	94,00	0,80	0,80	19,60
	сладости	426	Булочка с повидлом обсыпаная	1/100	15,10	640,00	13,20	28,72	82,26
<b>ИТОГО:</b>				500	<b>58,10</b>	817,40	14,10	29,72	121,46
<b>ИТОГО СРЕДА:</b>				2251	<b>222,69</b>	2945,32	89,43	112,93	380,44

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 1  
 И.И. Шакин



Пришкольный Лагерь

Школа

Отд./корп

Четверг 1-я неделя

06.06.2024г.

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			
	гор.напиток	383	Какао с молоком сгущенным	1/200	3,79	157,60	36,24	28,36	92,84
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%и сыром "Российским"	1/15/5/30	11,50	190,00	4,19	4,33	25,45
	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	54,47	46,76	178,63
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	21,35	148,25	0,55	0,10	1,90
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	48,68	241,70	5,49	5,27	16,54
	гарнир	203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%				14,10	18,40	15,70
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/194/7	19,70	208,40	7,55	0,90	42,56
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/200	15,20	119,20	0,10	0,12	25,10
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,59	116,90	3,95	0,50	24,20
	ИТОГО:				941	128,00	974,45	4,30	1,65
Полдник	фрукты		Фрукты свежие(апельсин)	1/200	22,00	179,13	36,04	26,94	147,25
	сладости		Кондитерское изделие(печенье)	1/75	13,10	287,25	1,56	0,35	40,17
	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	23,00	83,40	5,03	5,66	54,05
	ИТОГО:						0,10	0,20	19,60
ИТОГО ЧЕТВЕРГ:				475	58,10	549,78	6,69	6,21	113,82
				2046	222,69	2889,73	97,20	79,91	439,70

ИП ЗВЯГИНА И.И.



ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ *Сосны* № \_\_\_\_\_

*В.И. Мазур*



Пришкольный Лагерь

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Пятница 1-я неделя День 07.06.2024г.

Прием пищ.	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/220	17,72	291,00	2 *	5,10	10,72	43,40
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%и сыром "Российским"	1/15/5/30	11,50	190,00		5,84	11,92	14,89
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	4,10	103,50		3,10	2,40	17,20
	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
<b>ИТОГО:</b>				570	<b>36,59</b>	830,40	22,24	27,19	120,94	
Обед	закуска	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	1/80	15,70	5,00		0,40	0,05	0,85
	1 блюдо	108/109	Суп картофельный с клёцками	1/65/250	21,73	211,85		5,61	6,50	27,81
		229	Рыба(минтай), тушеная с овощами	1/100/100	48,85	210,00		19,50	9,90	7,60
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	25,70	230,47		4,13	12,20	24,00
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	10,75	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>128,00</b>	1036,02	38,55	30,89	137,72
Полдник	сладости	406	Пирожок печёный из дрожжевого теста с повидлом	1/100	15,10	304,00		5,50	4,29	59,23
	фрукты	342	Фрукты свежие(яблоко)	1/200	20,00	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
<b>ИТОГО:</b>				500	<b>58,10</b>	481,40	6,40	5,29	98,43	
<b>ИТОГО ПЯТНИЦА:</b>				2100	<b>222,69</b>	2347,82	67,19	63,37	357,09	

ИП ЗВЯГИНА И.И. \_\_\_\_\_  
 ПОВАР-БРИГАДИР *Ильинична* \_\_\_\_\_  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ \_\_\_\_\_

