

**УТВЕРЖДАЮ**  
*И.О.* ДИРЕКТОР МБОУ *СОШ* № *50*  
*Тюбичкова И.И. Тюбичкова И.*

**ЛЕТНИЙ ЛАГЕРЬ 2023г.**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Понедельник 1-я нед. День **10.07.2023г.**

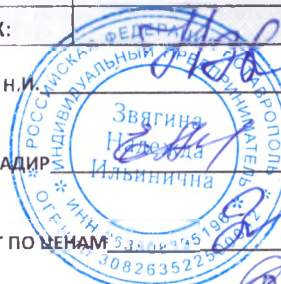
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211	Омлет с сыром	1/200	41,58	463,30	23,90	39,20	3,40
	гарнир	73	Икра кабачковая из свежих овощей	1/100	26,50	133,80	2,73	7,19	14,50
		гор.напиток	377	Чай с лимоном*	1/200/7	3,85	60,00	0,07	0,02
	хлеб бел.		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
<b>Итого:</b>				607	<b>77,20</b>	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	16,70	109,00	2,57	2,78	15,69
		290/330	Птица, тушеная в соусе сметанном	1/100/75	51,22	224,10	12,34	15,47	8,80
	гарнир		Рис припущенный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%						
		305		1/194/7	19,62	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
<b>Итого:</b>				1006	<b>119,26</b>	983,40	29,07	26,27	151,70
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	0,10	0,20
<b>ИТОГО:</b>				500	<b>58,10</b>	547,40	7,98	14,14	94,94
<b>ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК:</b>				2113	<b>254,56</b>	2433,80	71,95	88,97	324,99

ИП Звягина Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

*Нач. с/м: [подпись]*



УТВЕРЖДАЮ

И.О. ДИРЕКТОР МБОУ СШ № 50  
Леошникова Н.Т.

ЛЕТНИЙ ЛАГЕРЬ 2023г.

Школа  Отд./корп  Вторник 1-я неделя День  11.07.2023г.

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	24,13	325,00	7,82	12,83	44,25
	гор.напиток	382	Какао с молоком	1/200	25,75	157,60	4,19	4,33	25,45
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сыром Российским	1/15/5/30	22,05	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	77,20	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	18,87	125,15	2,10	7,02	11,36
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему из говядины	1/100/200	59,27	1475,20	61,60	120,40	38,40
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	18,05	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	119,26	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	254,56	3401,98	100,91	161,67	371,87

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР:

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

Подп. кон:



**УТВЕРЖДАЮ**  
*И.О.* ДИРЕКТОР МБОУ *Солн* № *50*  
*Тюбшикова Н.Т. Тюбшикова*

**ЛЕТНИЙ ЛАГЕРЬ 2023г.**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Среда 1-я неделя День 12.07.2023г.

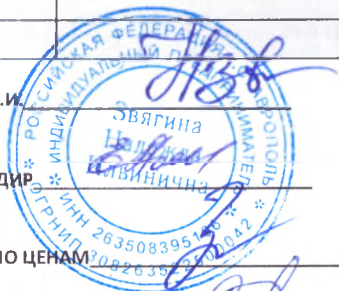
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	17,80	11,00	0,55	0,10	1,90
	2 блюдо	235/331	Шницель рыбный натуральный с соусом сметанным с томатом	1/100/30	17,68	130,00	9,10	6,90	7,70
		312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	25,70	230,47	4,13	12,20	24,00
	гарнир								
	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 чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	2,68	129,00	4,25	1,65	21,25
<b>Итого:</b>				720	<b>77,20</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	45,73	580,00	30,40	46,20	10,24
	2 блюдо		Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским"						
		302	72,5%	1/194/7	20,02	325,00	11,46	8,12	51,52
	напиток	344	Компот из свежих плодов	1/200	10,46	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>119,26</b>	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
		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>254,56</b>	2945,32	89,43	112,93	380,44

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

*Нач. с/сн: [подпись]*



**УТВЕРЖДАЮ**  
*И.О. ДИРЕКТОР МБОУ* СММ № 50  
*Тюшкова Н.И. Тюшкова*

**ЛЕТНИЙ ЛАГЕРЬ 2023г.**

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ Четверг 1-я неделя День **13.07.2023г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>	гор.блюдо	222/337	Пудинг из творога(запеченый) с соусом яблочным	1/200/80	<b>26,48</b>	772,00	36,24	28,36	92,84
	гор.напиток	383	Какао с молоком сгущенным	1/200	<b>23,40</b>	157,60	4,19	4,33	25,45
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%и сыром "Российским"	1/15/5/30	<b>22,05</b>	190,00	5,84	11,92	14,89
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,59</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб чёрн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,68</b>	129,00	4,25	1,65	21,25
<b>Итого:</b>				630	<b>77,20</b>	1365,50	54,47	46,76	178,63
<b>Обед</b>	закуска	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	1/80	<b>17,80</b>	11,00	0,55	0,10	1,90
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	<b>22,35</b>	148,25	5,49	5,27	16,54
	2 блюдо	295	Котлеты рубленные из бройлер-цыплят с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/10	<b>35,09</b>	241,70	14,10	18,40	15,70
	гарнир	203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/194/7	<b>20,70</b>	208,40	7,55	0,90	42,56
	напиток	352	Кисель из свежих яблок	1/200	<b>18,05</b>	119,20	0,10	0,12	25,10
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	<b>2,59</b>	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	<b>2,68</b>	129,00	4,30	1,65	21,25
	<b>Итого:</b>				941	<b>119,26</b>	974,45	36,04	26,94
<b>Полдник</b>	фрукты		Фрукты свежие(апельсин)	1/200	<b>22,00</b>	179,13	1,56	0,35	40,17
	сладости		Кондитерское изделие(печенье)	1/75	<b>13,10</b>	287,25	5,03	5,66	54,05
	напиток		Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	1/200	<b>23,00</b>	83,40	0,10	0,20	19,60
<b>Итого:</b>				475	<b>58,10</b>	549,78	6,69	6,21	113,82
<b>Итого Четверг:</b>				2046	<b>254,56</b>	2889,73	97,20	79,91	439,70

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

*Нар. м.п.*



**УТВЕРЖДАЮ**  
*И.О. ДИРЕКТОР МБОУ* Сели № 50  
*Тюбшкова Н.Т. / Тюбшкова*

ЛЕТНИЙ ЛАГЕРЬ 2023г.

Школа

Отд./корп

Пятница 1-я неделя

День

14.07.2023г.

Прием пищи	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	24,83	291,00			
							5,10	10,72	43,40
		3	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%и сыром "Российским"	1/15/5/30	22,05	190,00			
							5,84	11,92	14,89
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	25,05	103,50			
							3,10	2,40	17,20
	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	77,20	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 клецками	1/65/250	22,73	211,85			
							5,61	6,50	27,81
	2 блюдо	229	Рыба(минтай), тушеная с овощами	1/100/100	41,11	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	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:				1030	119,26	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
ИТОГО:				500	58,10	481,40	6,40	5,29	98,43
ИТОГО ПЯТНИЦА:				2100	254,56	2347,82	67,19	63,37	357,09

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

*Чел. кол.*

