УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.
Звягина / Звяг /

Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа | Отд./корп | **Понедельник 1-я нед.** | День | **06.07.2026г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211	ОМЛЕТ С СЫРОМ с маслом сливочным Крестьянским 72,5%	110/10	**28,46**	223,50	12,76	18,46	1,62
	гарнир	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	100	**10,00**	81,02	1,34	5,35	6,96
	гор.напиток	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	**3,20**	60,45	0,24	0,06	14,76
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб чёрн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				542	***44,66***	787,29	19,08	24,71	69,34
Обед	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	50	**9,00**	6,79	0,39	0,05	1,21
	1 блюдо	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	**11,20**	103,24	2,52	2,83	17,03
	2 блюдо	290/330	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	90/70	**54,20**	390,38	24,63	30,42	4,53
	гарнир	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	**14,60**	221,09	4,09	4,45	41,21
	напиток	349	КОМПОТ из смеси сухофруктов	200	**5,00**	120,54	0,37	0,00	29,78
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб черн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				940	***100,00***	1264,36	36,74	38,59	139,76
Полдник	сладости	415	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	100	**16,00**	347,02	6,74	10,65	56,09
	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ калиброванны сезонные	150	**15,00**	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток		СОК ФРУКТОВЫЙ в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	200	**30,00**	83,42	0,97	0,19	19,59
ИТОГО:				450	***61,00***	490,89	8,31	11,44	89,03
ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК:				1932	***205,66***	2542,54	64,13	74,74	298,13

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ **№** 52
Митров АА / _____ /

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____

Нач. лаг.

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.
Звягина / Н.И. /

Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа | Отд./корп | **Вторник 1-я неделя** | День **07.07.2026г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и сахаром	200/10/10	**19,71**	328,09	7,20	10,45	51,37
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	**5,70**	106,26	3,71	2,93	16,18
		3	БУТЕРБРОД с сыром Российским и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/15/5/30	**16,25**	163,24	5,61	8,93	15,07
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб чёрн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				570	***44,66***	1019,91	21,26	23,15	128,62
Обед	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	50	**10,00**	9,51	0,49	0,10	1,70
	1 блюдо	82	БОРЩ с капустой и картофелем	250	**9,00**	99,98	1,80	5,05	11,91
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему	90/225	**67,30**	490,35	29,14	30,91	27,32
	напиток	352	КИСЕЛЬ из свежих яблок	200	**7,70**	117,00	0,10	0,10	25,20
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб черн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				915	***100,00***	1139,16	36,27	37,00	112,13
Полдник	сладости		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (зефир)	75	**16,00**	178,03	0,44	0,06	43,58
	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ калиброванны сезонные	150	**15,00**	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток		СОК ФРУКТОВЫЙ в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	200	**30,00**	83,42	0,97	0,19	19,59
ИТОГО:				425	***61,00***	321,90	2,01	0,85	76,52
ИТОГО ВТОРНИК:				1910	***205,66***	2480,97	59,54	61,00	317,27

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 30
Хитрова НА / _____ /

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____

Нач. лаг.

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа | Отд./корп | **Среда 1-я неделя** | День | **08.07.2026г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	50	**5,00**	9,51	0,49	0,10	1,70
	2 блюдо	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/9	**23,21**	148,31	13,60	6,77	8,25
	гарнир	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	**10,95**	94,00	2,50	0,50	19,80
	напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	**2,50**	64,50	0,22	0,11	16,13
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб чёрн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				644	***44,66***	738,64	21,55	8,32	91,88
Обед	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	50	**9,00**	6,79	0,39	0,05	1,21
	1 блюдо	96	РОССОЛЬНИК Ленинградский	250	**9,50**	69,73	0,78	4,97	5,57
	2 блюдо	260	ГУЛЯШ из мяса говядины	90/90	**55,30**	310,93	22,39	22,68	4,42
	гарнир	302	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	**13,20**	301,55	10,24	8,30	46,48
	напиток	342	КОМПОТ из свежих плодов	200	**7,00**	100,71	0,08	0,08	24,96
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб черн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				960	***100,00***	1212,03	38,62	36,92	128,64
Полдник	сладости	426	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ ОБСЫПНАЯ	100	**16,00**	360,00	6,60	12,40	55,80
	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ калиброванны сезонные	150	**15,00**	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток		СОК ФРУКТОВЫЙ в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	200	**30,00**	83,42	0,97	0,19	19,59
ИТОГО:				450	***61,00***	503,87	8,17	13,19	88,74
ИТОГО СРЕДА:				2054	***205,66***	2454,54	68,34	58,43	309,26

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 30

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.
Звягина / Звяг /

Пришкольный лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа | Отд./корп | **Четверг 1-я неделя** | День **09.07.2026г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200/80	**19,71**	678,60	40,60	19,52	86,24
	гор.напиток	383	Какао с молоком сгущенным	200	**5,70**	134,00	2,90	2,50	24,80
		3	БУТЕРБРОД с сыром Российским и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/15/5/30	**16,25**	277,87	6,94	8,10	28,87
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб чёрн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				630	***44,66***	1512,79	55,18	30,96	185,91
Обед	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	50	**10,00**	9,51	0,49	0,10	1,70
	1 блюдо	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	**9,10**	137,75	4,97	5,43	17,35
	2 блюдо	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕЛА ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/9	**56,20**	342,12	13,70	22,91	12,94
	гарнир	302	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	**11,00**	282,37	7,89	7,89	45,12
	напиток	352	КИСЕЛЬ из свежих яблок	200	**7,70**	117,00	0,10	0,10	25,20
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб черн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				879	***100,00***	1311,07	31,89	37,27	148,31
Полдник	сладости		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (печенье)	75	**16,00**	312,75	5,63	7,35	55,80
	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ калиброванны сезонные	150	**15,00**	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток		СОК ФРУКТОВЫЙ в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	200	**30,00**	83,42	0,97	0,19	19,59
ИТОГО:				425	***61,00***	456,62	7,20	8,14	88,74
ИТОГО ЧЕТВЕРГ:				1934	***205,66***	3280,48	94,27	76,37	422,96

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 50
Петрова А.А. /

ПОВАР-БРИГАДИР /

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ /

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа | Отд./корп | **Пятница 1-я неделя** | День **10.07.2026г.**

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% и сахаром	200/10/10	**20,31**	231,54	8,75	7,64	32,00
		3	БУТЕРБРОД с сыром Российским и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/15/5/30	**16,25**	277,87	6,94	8,10	28,87
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	**5,10**	97,91	2,95	2,13	16,74
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб чёрн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				570	***44,66***	1029,64	23,38	18,71	123,61
Обед	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	50	**9,00**	6,79	0,39	0,05	1,21
	1 блюдо	108/109	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с клецками	250/65	**12,30**	139,27	3,63	5,00	20,00
	2 блюдо	229	РЫБА МИНТАЙ, тушенная в томате с овощами	90/50	**49,25**	133,46	12,41	7,56	3,83
	гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	**18,45**	146,58	3,19	6,21	19,60
	напиток	349	КОМПОТ из смеси сухофруктов	200	**5,00**	120,54	0,37	0,00	29,78
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб черн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				985	***100,00***	968,96	24,73	19,66	120,42
Полдник	сладости		МОРОЖЕНОЕ "Пломбир" в вафельном стаканчике	100	**43,50**	0,00	0,00	0,00	0,00
	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ калиброванны сезонные	150	**15,00**	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	**2,50**	64,50	0,22	0,11	16,13
				465	***61,00***	124,95	0,82	0,71	29,48
ИТОГО:				2020	***205,66***	2123,55	48,93	39,08	273,51
ИТОГО ПЯТНИЦА:									

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ №

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

Нач. лагеря

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.
_____

Пришкольный Лагерь от 12 лет и старше

Школа _____ Отд./корп _____ **Понедельник 1-я нед.** День **06.07.2026г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211	ОМЛЕТ С СЫРОМ с маслом сливочным Крестьянским 72,5%	110/10	**32,20**	223,50	12,76	18,46	1,62
	гарнир	73	ИКРА КАБАЧКОВАЯ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	100	**21,60**	81,02	1,34	5,35	6,96
	гор.напиток	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	**3,20**	60,45	0,24	0,06	14,76
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб чёрн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				542	***60,00***	787,29	19,08	24,71	69,34
Обед	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	**11,00**	8,15	0,47	0,06	1,46
	1 блюдо	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	**11,20**	103,24	2,52	2,83	17,03
	2 блюдо	290/330	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100/75	**59,70**	413,70	26,11	32,23	4,80
	гарнир	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ с маслом сливочным Крестьянским 72,5%	200	**17,10**	245,65	4,54	4,95	45,78
	напиток	349	КОМПОТ из смеси сухофруктов	200	**5,00**	120,54	0,37	0,00	29,78
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб черн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				985	***110,00***	1313,60	38,75	40,91	144,85
Полдник	сладости	415	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	100	**16,00**	347,02	6,74	10,65	56,09
	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ калиброванны сезонные	150	**15,00**	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток		СОК ФРУКТОВЫЙ в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	200	**30,00**	83,42	0,97	0,19	19,59
ИТОГО:				450	***61,00***	490,89	8,31	11,44	89,03
ИТОГО ПОНЕДЕЛЬНИК:				1977	***231,00***	2591,78	66,14	77,06	303,22

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ _____ **№** 50

_____

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.
Звягина / Звяг /

Пришкольный Лагерь от 12 лет и старше

Школа | Отд./корп | **Вторник 1-я неделя** | День **07.07.2026г.**

Прием пищ	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% и сахаром	200/10/10	**27,45**	328,09	7,20	10,45	51,37
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	**10,30**	106,26	3,71	2,93	16,18
		3	БУТЕРБРОД с сыром Российским и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/15/5/30	**16,25**	163,24	5,61	8,93	15,07
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб чёрн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				570	***60,00***	1019,91	21,26	23,15	128,62
Обед	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	**12,00**	11,41	0,58	0,12	2,04
	1 блюдо	82	БОРЩ с капустой и картофелем	250	**9,00**	99,98	1,80	5,05	11,91
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему	100/250	**75,30**	506,96	30,15	31,95	28,25
	напиток	352	КИСЕЛЬ из свежих яблок	200	**7,70**	117,00	0,10	0,10	25,20
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб черн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				960	***110,00***	1157,67	37,37	38,06	113,40
Полдник	сладости		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (зефир)	75	**16,00**	178,03	0,44	0,06	43,58
	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ калиброванны сезонные	150	**15,00**	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток		СОК ФРУКТОВЫЙ в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	200	**30,00**	83,42	0,97	0,19	19,59
ИТОГО:				425	***61,00***	321,90	2,01	0,85	76,52
ИТОГО ВТОРНИК:				1955	***231,00***	2499,48	60,64	62,06	318,54

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ сош **№** 30
Хитров А.А. /

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Пришкольный Лагерь от 12 лет и старше

Школа | Отд./корп | **Среда 1-я неделя** | День **08.07.2026г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	**6,00**	11,41	0,58	0,12	2,04
	2 блюдо	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	100/10	**34,55**	194,88	14,95	11,03	8,98
	гарнир	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	**13,95**	104,43	2,78	0,56	22,00
	напиток	310	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	**2,50**	59,42	0,18	0,05	14,58
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб чёрн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				685	***60,00***	792,46	23,23	12,60	93,60
Обед	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	**11,00**	8,15	0,47	0,06	1,46
	1 блюдо	96	РОССОЛЬНИК Ленинградский	250	**9,50**	69,73	0,78	4,97	5,57
	2 блюдо	260	ГУЛЯШ из мяса говядины	100/100	**61,30**	327,00	23,55	23,85	4,65
	гарнир	302	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	**15,20**	335,02	11,37	9,22	51,64
	напиток	342	КОМПОТ из свежих плодов	200	**7,00**	100,71	0,08	0,08	24,96
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб черн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				1010	***110,00***	1262,93	40,99	39,02	134,28
Полдник	сладости	426	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ ОБСЫПНАЯ	100	**16,00**	360,00	6,60	12,40	55,80
	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ калиброванны сезонные	150	**15,00**	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток		СОК ФРУКТОВЫЙ в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	200	**30,00**	83,42	0,97	0,19	19,59
ИТОГО:				450	***61,00***	503,87	8,17	13,19	88,74
ИТОГО СРЕДА:				2145	***231,00***	2559,26	72,39	64,81	316,62

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 50

Митров А.А. /

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

Нач. лаг.

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.
_____/ Звягина /

Пришкольный лагерь от 12 лет и старше

Школа _____ Отд./корп _____ **Четверг 1-я неделя** День **09.07.2026г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200/80	**30,45**	678,60	40,60	19,52	86,24
	гор.напиток	383	Какао с молоком сгущенным	200	**10,30**	134,00	2,90	2,50	24,80
		3	БУТЕРБРОД с сыром Российским и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/15/5/30	**16,25**	163,24	5,61	8,93	15,07
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб чёрн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				630	***60,00***	1398,16	53,85	31,79	172,11
Обед	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	**12,00**	11,41	0,58	0,12	2,04
	1 блюдо	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	**9,10**	137,75	4,97	5,43	17,35
	2 блюдо	295	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕЛА ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	100/10	**60,20**	376,10	15,09	25,13	14,26
	гарнир	302	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	**15,00**	313,74	8,77	8,77	50,14
	напиток	352	КИСЕЛЬ из свежих яблок	200	**7,70**	117,00	0,10	0,10	25,20
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб черн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				920	***110,00***	1378,32	34,25	40,39	154,99
Полдник	сладости		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (печенье)	75	**16,00**	312,75	5,63	7,35	55,80
	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ калиброванны сезонные	150	**15,00**	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток		СОК ФРУКТОВЫЙ в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)	200	**30,00**	83,42	0,97	0,19	19,59
ИТОГО:				425	***61,00***	456,62	7,20	8,14	88,74
ИТОГО ЧЕТВЕРГ:				1975	***231,00***	3233,10	95,30	80,32	415,84

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ СОШ № 30
Дитров АА _____/

ПОВАР-БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____

УТВЕРЖДАЮ
ИП ЗВЯГИНА Н.И.

Пришкольный Лагерь от 12 лет и старше

Школа | Отд./корп | **Пятница 1-я неделя** | День **10.07.2026г.**

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% и сахаром	200/10/10	**28,25**	231,54	8,75	7,64	32,00
		3	БУТЕРБРОД с сыром Российским и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/15/5/30	**16,25**	163,24	5,61	8,93	15,07
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	**12,50**	97,91	2,95	2,13	16,74
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб чёрн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**1,50**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				570	***60,00***	915,01	22,05	19,54	109,81
Обед	закуска	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	**11,00**	8,15	0,47	0,06	1,46
	1 блюдо	108/109	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с клецками	250/65	**12,30**	139,27	3,63	5,00	20,00
	2 блюдо	229	РЫБА МИНТАЙ, тушенная в томате с овощами	100/100	**54,25**	143,00	13,30	8,10	4,10
	гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	**21,45**	162,89	3,56	6,91	21,78
	напиток	349	КОМПОТ из смеси сухофруктов	200	**5,00**	120,54	0,37	0,00	29,78
	хлеб бел.		Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
	хлеб черн.		Хлеб РЖАНОЙ	50	**3,00**	211,16	2,37	0,42	23,00
ИТОГО:				1075	***110,00***	996,17	26,07	20,91	123,12
Полдник	сладости		МОРОЖЕНОЕ "Пломбир" в вафельном стаканчике	100	**43,50**	0,00	0,00	0,00	0,00
	фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ калиброванны сезонные	150	**15,00**	60,45	0,60	0,60	13,35
	напиток	310	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	**2,50**	59,42	0,18	0,05	14,58
ИТОГО:				465	***61,00***	119,87	0,78	0,65	27,93
ИТОГО ПЯТНИЦА:				2110	***231,00***	2031,05	48,90	41,10	260,86

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ №

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ