



## Пришкольный Лагерь от 7 до 11 лет включительно

Школа

Отд./корп

Среда 1-я неделя

День

04.06.2025г.

| Прием пищи   | Раздел     | № рец. | Блюдо                                                              | Выход, г  | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры   | Углеводы |
|--------------|------------|--------|--------------------------------------------------------------------|-----------|--------|--------------|-------|--------|----------|
| Завтрак      | закуска    | 71     | Овощи натуральные свежие (помидоры)                                | 1/80      | 5,75   | 11,00        | 0,55  | 0,10   | 1,90     |
|              | 2 блюдо    | 235    | Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным                      | 1/100/5   | 21,64  | 130,00       | 13,84 | 15,34  | 9,14     |
|              | гарнир     | 312    | Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%          | 1/200     | 10,80  | 230,47       | 4,13  | 12,20  | 24,00    |
|              | 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   | 24,15    |
|              | хлеб чёрн. |        | Хлеб Ржаной                                                        | 1/50      | 1,68   | 129,00       | 4,25  | 1,65   | 21,25    |
|              | ИТОГО:     |        |                                                                    | 685       | 44,66  | 750,17       | 27,38 | 29,88  | 112,45   |
| Обед         | закуска    | 71     | Овощи натуральные свежие (огурцы)                                  | 1/80      | 10,00  | 5,00         | 0,40  | 0,05   | 0,85     |
|              | 1 блюдо    | 96     | Рассольник Ленинградский                                           | 1/250     | 10,63  | 107,25       | 2,02  | 5,09   | 11,98    |
|              | 2 блюдо    | 250    | Бефстроганов из мяса говядины                                      | 1/100/100 | 52,50  | 580,00       | 30,40 | 46,20  | 10,24    |
|              | гарнир     | 302    | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/194/7   | 15,60  | 325,00       | 11,46 | 8,12   | 51,52    |
|              | напиток    | 344    | Компот из свежих плодов                                            | 1/200     | 6,00   | 114,60       | 0,16  | 0,16   | 27,88    |
|              | хлеб бел.  |        | Хлеб Пшеничный                                                     | 1/50      | 2,59   | 116,90       | 3,95  | 0,50   | 24,15    |
|              | хлеб черн. |        | Хлеб Ржаной                                                        | 1/50      | 2,68   | 129,00       | 4,25  | 1,65   | 21,25    |
|              | ИТОГО:     |        |                                                                    | 1031      | 100,00 | 1377,75      | 52,64 | 61,77  | 147,87   |
| Полдник      | напиток    |        | Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко,виноград,ябл.-вин.,мультиф.)  | 1/200     | 30,00  | 83,40        | 0,10  | 0,20   | 19,60    |
|              | фрукты     | 338    | Фрукты свежие(яблоко) калиброванные                                | 1/150     | 15,00  | 60,45        | 0,60  | 0,60   | 13,35    |
|              | сладости   | 426    | Булочка с повидлом обсыпаная                                       | 1/100     | 16,00  | 640,00       | 13,20 | 28,72  | 82,26    |
|              | ИТОГО:     |        |                                                                    | 500       | 61,00  | 783,85       | 13,90 | 29,52  | 115,21   |
| ИТОГО СРЕДА: |            |        |                                                                    | 2216      | 205,66 | 2911,77      | 93,92 | 121,17 | 375,53   |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

№ 13

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



## Пришкольный Лагерь от 12 лет и старше

Школа

Отд./корп

Среда 1-я неделя

День

04.05.2025г.

| Прием пищи   | Раздел     | № рец. | Блюдо                                                                | Выход, г  | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры   | Углеводы |
|--------------|------------|--------|----------------------------------------------------------------------|-----------|--------|--------------|-------|--------|----------|
| Завтрак      | закуска    | 71     | Овощи натуральные свежие (помидоры)                                  | 1/100     | 6,25   | 13,75        |       |        |          |
|              | 2 блюдо    | 235    | Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным                        | 1/100/5   | 27,14  | 130,00       | 0,69  | 0,12   | 2,38     |
|              | гарнир     | 312    | Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%            | 1/200     | 15,34  | 230,47       | 13,84 | 15,34  | 9,14     |
|              | напиток    | 349    | Компот из смеси сухофруктов                                          | 1/200     | 6,00   | 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   | 24,15    |
|              | ИТОГО:     |        |                                                                      | 705       | 60,00  | 752,92       | 4,25  | 1,65   | 21,25    |
| Обед         | закуска    | 71     | Овощи натуральные свежие (огурцы)                                    | 1/100     | 12,00  | 6,25         | 27,52 | 29,90  | 112,93   |
|              | 1 блюдо    | 96     | Рассольник Ленинградский                                             | 1/250     | 12,63  | 107,25       | 0,50  | 0,06   | 1,06     |
|              | 2 блюдо    | 250    | Бефстроганов из мяса говядины                                        | 1/100/100 | 58,50  | 580,00       | 2,02  | 5,09   | 11,98    |
|              | гарнир     |        | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%   |           |        |              | 30,40 | 46,20  | 10,24    |
|              | напиток    | 302    |                                                                      | 1/194/7   | 15,60  | 325,00       |       |        |          |
|              | хлеб бел.  | 344    | Компот из свежих плодов                                              | 1/200     | 6,00   | 114,60       | 11,46 | 8,12   | 51,52    |
|              | хлеб черн. |        | Хлеб Пшеничный                                                       | 1/50      | 2,59   | 116,90       | 0,16  | 0,16   | 27,88    |
| Полдник      | напиток    |        | Сок фруктовый в индивид.упак.(яблоко, виноград, ябл.-вин., мультиф.) | 1/200     | 30,00  | 83,40        | 3,95  | 0,50   | 24,15    |
|              | фрукты     | 338    | Фрукты свежие(яблоко) калиброванные                                  | 1/150     | 15,00  | 60,45        | 4,25  | 1,65   | 21,25    |
|              | сладости   | 426    | Булочка с повидлом обсыпаная                                         | 1/100     | 16,00  | 640,00       | 52,74 | 61,78  | 148,08   |
| ИТОГО:       |            |        |                                                                      | 1051      | 110,00 | 1379,00      |       |        |          |
| ИТОГО СРЕДА: |            |        |                                                                      | 450       | 61,00  | 783,85       | 13,90 | 29,52  | 115,21   |
|              |            |        |                                                                      | 2206      | 231,00 | 2915,77      | 94,16 | 121,20 | 376,22   |

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ

№

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ