

Меню пришкольного лагеря «Солнышко» МБОУ СОШ №1
Левокумского муниципального округа Ставропольского края



День: 9.07.2024 год

Возрастная категория: 7-10
Завтрак

N рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 211	Омлет с сыром	150	58-02	416,97	21,51	35,28	3,06
№ 73	Икра кабачковая	60	9-03	107,04	2,18	5,75	11,6
№ 1010	Чай с лимоном	200/7	3-34	60,00	0,07	0,02	15,00
	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
				522			

Возрастная категория: 7-10
обед

N рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 71	Овощи свежие (помидоры)	60	12-78	8,25	0,41	0,08	1,43
№ 102	Суп картофельный с фасолью	200	6-39	118,6	4,39	4,22	13,23
№ 268	Биточки из говядины	100	49-80	344,00	16,5	24,2	14,3
№ 302	Каша гречневая рассыпчатая	150	13-00	211,1	3,6	4,7	38,4
№ 824	Соус красный основной	50	2-10	74,1	1,41	5	5,87
№ 349	Компот из смеси сухофруктов	200	4-44	132,8	0,66	0,09	32,01
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
№ пр.	Хлеб ржаной	40	2-20	103,2	3,4	1,32	17

Зав столовой

Черкашенко В.Ф.

Возрастная категория: 11 лет и старше
завтрак

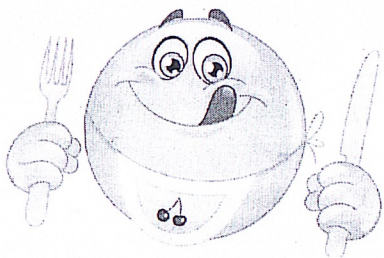
N рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 211	Омлет с сыром	180	64-01	463,3	23,9	39,2	3,4
№ 73	Икра кабачковая	80	10-86	133,8	2,73	7,19	14,15
№ 1010	Чай с лимоном	200/7	3-34	60,00	0,07	0,02	15,00
	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
				750,62			

Возрастная категория: 11 лет и старше
обед

N рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 71	Овощи свежие (помидоры)	80	16-92	11,00	0,55	0,1	1,9
№ 102	Суп картофельный с фасолью	250	7-95	148,25	5,49	5,27	16,54
№ 268	Биточки из говядины	100	49-80	344,00	16,5	24,2	14,3
№ 302	Каша гречневая рассыпчатая	200	17-62	281,47	4,8	6,22	51,2
№ 824	Соус красный основной	50	2-10	74,1	1,41	5	5,87
№ 349	Компот из смеси сухофруктов	200	4-44	132,8	0,66	0,09	32,01
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
№ пр.	Хлеб ржаной	40	2-20	103,2	3,4	1,32	17

Начальник лагеря:

Денищенко.А.И.



Меню пришкольного лагеря «Солнышко» МБОУ СОШ №1
Левокумского муниципального округа Ставропольского края

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №1
Батышева Г.А.

« 10 »

июля 2024г.



День: 10.07.2024 год.

Возрастная категория: 7-10 лет
Завтрак

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 173	Каша вязкая молочная овсяная с маслом сливочным	220	16-27	325,0	7,82	12,83	44,25
№ 15	Сыр Российский	15	9-68	54,5	3,16	0,4	19,32
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200	16-44	142,2	3,3	2,4	26,7

Возрастная категория: 7-10 лет
обед

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 71	Овощи свежие (огурцы)	60	5-67	3,75	0,3	0,04	0,64
№ 88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/8	7-25	85,47	1,66	5,23	6,67
№229	Рыба(минтай)тушеная в томате с овощами	90/90	59-49	189,0	17,55	8,91	6,84
№312	Пюре картофельное	150	11-19	172,85	3,1	9,15	18,0
№ 352	Кисель из яблок	200	5-66	119,3	0,1	0,12	25,1
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
№ пр.	Хлеб ржаной	40	2-20	103,2	3,4	1,32	17

Зав столовой

С.И.И.
М.И.И.

Возрастная категория: 11 лет и старше
завтрак

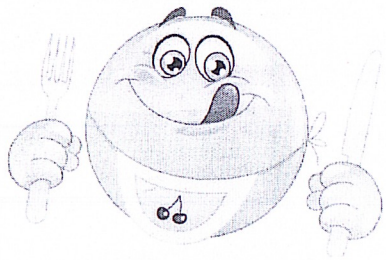
№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 173	Каша вязкая молочная овсяная с маслом сливочным	220	16-27	7,82	12,83	44,25	325,0
№ 15	Сыр Российский	15	9-68	54,5	3,16	0,4	19,32
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200	16-44	142,2	3,3	2,4	26,7

Возрастная категория: 11 лет и старше
обед

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 71	Овощи свежие (огурцы)	80	7-56	147	3	3,5	25,62
№ 88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	9-24	105,82	2,05	6,48	8,26
№229	Рыба(минтай)тушеная в томате с овощами	100/100	63-84	210,0	19,5	9,9	7,6
№312	Пюре картофельное	200	15-10	230,47	4,13	12,2	24,0
№ 352	Кисель из яблок	200	5-66	119,3	0,1	0,12	25,1
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
№ пр.	Хлеб ржаной	40	2-20	103,2	3,4	1,32	17

Начальник лагеря

Д.И.И.
Денищенко.А.И.



Меню пришкольного лагеря «Солнышко» МБОУ СОШ №1
Левокумского муниципального округа Ставропольского края



День: 11.07.2024 год

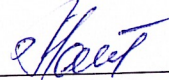
Возрастная категория: 7-10
завтрак

№ рпц.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	72-11	486	26,31	19,9	50,4
№ 1008	Чай с сахаром	200	1-98	75	24,41	8,3	0,1
				561			

Возрастная категория: 7-10
обед

№ рпц.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 98	Суп крестьянский с крупой и сметаной	200/8	6-12	73,86	1,4	5,16	5,16
№ 279	Тефтели из говядины	100	43-74	197,8	11,61	12,15	10,62
№ 142	Картофель и овощи тушеные в соусе	150/25	11-83/1-33	201,6	3,05	11,69	21,14
№ 349	Компот из смеси сухофруктов	200	4-48	132,8	0,66	0,09	32,01
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
№ пр.	Хлеб ржаной	40	2-20	103,2	3,4	1,32	17
				800,98			

Зав столовой  В.Ф.Черкашенко_

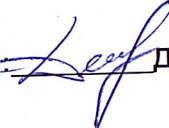
Мед.сестра:  А.Г.Мартиросян.

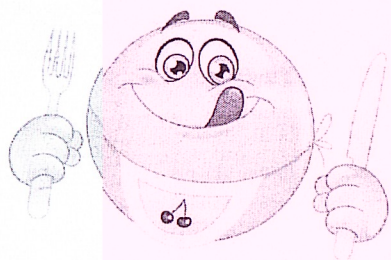
Возрастная категория: 11 лет и старше
завтрак

№ рпц.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	180/30	88-43	756	40,92	30,96	78,4
№ 1008	Чай с сахаром	200	1-98	75	24,41	8,3	0,1
				831			

Возрастная категория: 11 лет и старше
обед

№ рпц.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 98	Суп крестьянский с крупой и сметаной	250/10	7-70	92,32	1,76	6,45	6,45
№ 279	Тефтели из говядины	100	43-74	197,8	11,61	12,15	10,62
№ 142	Картофель и овощи тушеные в соусе	200/25	15-62 / 1-33	288	4,35	16,7	30,2
№ 349	Компот из смеси сухофруктов	200	4-48	132,8	0,66	0,09	32,01
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
№ пр.	Хлеб ржаной	40	2-20	103,2	3,4	1,32	17
				905,84			

Начальник лагеря:  Денищенко.А.И.



Меню пришкольного лагеря «Солнышко» МБОУ СОШ №1
Левокумского муниципального округа Ставропольского края



День: 12.07.2024 год

Возрастная категория: 7-10
завтрак

N рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 294	Котлеты из филе птицы	100	35-70	352,73	13,9	26,73	14,05
№ 309	Макаронные изделия отварные	150	5-42	156,3	5,66	0,68	31,92
№ 824	Соус красный основной	50	2-10	74,1	1,41	5	5,87
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200	11-04	142,2	3,3	2,4	26,7
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
				818,85			

Возрастная категория: 7-10
обед

N рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 71	Овощи свежие (помидоры)	60	12-78	8,25	0,41	0,08	1,43
№ 82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/8	8-71	100,12	1,68	5,62	9,09
№ 290	Птица тушеная в соусе	90	49-91	150	10,93	10,47	2,93
№ 302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8-81	211,1	3,6	4,7	38,4
№ 824	Соус красный основной	50	2-10	74,1	1,41	5	5,87
№ 1010	Чай с лимоном	200	3-34	60	0,07	0,02	15,00
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
№ пр.	Хлеб ржаной	40	2-20	103,2	3,4	1,32	17

Возрастная категория: 11 лет и старше
завтрак

N рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 294	Котлеты из филе птицы	100	35-70	352,73	13,9	26,73	14,05
№ 309	Макаронные изделия отварные	200	7-37	208,4	7,55	0,9	42,56
№ 824	Соус красный основной	50	2-10	74,1	1,41	5	5,87
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200	11-04	142,2	3,3	2,4	26,7
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
				870,95			

Возрастная категория: 11 лет и старше
обед

N рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Цена дня	Ккал	Белки	Жиры	Угле воды
№ 71	Овощи свежие (помидоры)	60	12-78	11	0,55	0,1	1,9
№ 82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	11-02	125,15	2,1	7,02	11,36
№ 290	Птица тушеная в соусе	100	55-45	150	10,93	10,47	2,93
№ 302	Каша гречневая рассыпчатая	200	11-95	325,0	11,46	8,12	51,52
№ 824	Соус красный основной	50	2-10	74,1	1,41	5	5,87
№ 1010	Чай с лимоном	200	3-34	60	0,07	0,02	15,00
№ пр.	Хлеб пшеничный	40	2-20	93,52	3,16	0,4	19,32
№ пр.	Хлеб ржаной	40	2-20	103,2	3,4	1,32	17

Зав. столовой:

Фельдшер:

Начальник лагеря: Денищенко.А.И.