

МЕНЮ

ДАТА:

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

02.06.2025

Лагерь с дневным пребыванием

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У
ЗАВТРАК	Каша овсяная из «Геркулеса»	205	6,33	8,09	25,49
	молочная жидкая с маслом				
	Чай с сахаром	200	-	-	14,98
	Бутерброд с сыром	45	6,62	9,48	10,06
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		480	15,95	18,01	70,33
ОБЕД	Огурцы маринованные с лимон. кислотой	60	0,48	0,06	1,02
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,67	5,3	8,51
	Котлета из говядины	90	13,7	15	7,3
	Макароны отварные с маслом слив.	150	5,52	5,29	35,23
	Сок фруктовый	200	1	0,2	22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8
ИТОГО ЗА ОБЕД:		860	28,95	26,99	123,73

Лагерь труда и отдыха, лагерь досуга и отдыха, профильные отряды

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У
ОБЕД	Огурцы маринованные с лимон. кислотой	60	0,48	0,06	1,02
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,09	6,33	10,64
	Котлета из говядины	120	18,31	20,09	9,84
	Макароны отварные	200	7,36	7,06	47,1
	Сок фруктовый	200	1	0,2	22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8
ИТОГО ЗА ОБЕД:		890	35,42	34,48	130,47

ИП ЕИ Боковой

Зав.производством

Е.Н. Симонова

МЕНЮ

ДАТА:

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

03.06.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	13,43	20,81	3,5
	Бутерброд с повидлом	60	1,72	4,2	32,9
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		440	21,93	29,36	82,24
ОБЕД	Помидор свежий нарезка	60	0,66	1,02	2,76
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	4,02	9,04	25,9
	Тефтели из говядины в молочном соусе	130	16,52	18,77	11,24
	Картофельное пюре	150	3,19	5,43	23,29
	Компот из свежих яблок(с вит.«С»)	200	0,16	0,16	27,87
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1
ИТОГО ЗА ОБЕД:		1000	31,23	35,26	141,03

Лагерь труда и отдыха, лагерь досуга и отдыха, профильные отряды

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У
ОБЕД	Помидор свежий нарезка	60	0,66	1,02	2,76
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	5,08	11,3	32,38
	Тефтели из говядины в молочном соусе	170	22,03	25,03	14,98
	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,06
	Компот из свежих яблок(с витамином «С»)	200	0,16	0,16	27,87
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1
ИТОГО ЗА ОБЕД:		940	38,37	46,33	148,92

ИП ЕИ Боковикова

Зав.производством

Е.Н. Симонова

МЕНЮ

ДАТА:

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

04.06.2025

Лагерь с дневным пребыванием

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	205	5,12	6,62	32,61	210,13
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пшеничный	60	6	0,88	39,6	181,24
	Яйцо вареное (шт)	40	5,08	4,6	0,28	62,8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		505	16,27	12,11	87,8	515,79
ОБЕД	Огурцы свежие в нарезке	60	0,48	0,06	1,98	29
	Суп картофельный с горохом	200	1,87	3,11	10,89	79,03
	Мясо тушеное	100	17,5	6,1	2,99	136,51
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	35,32	15,44	128,62	806,83

Лагерь труда и отдыха, лагерь досуга и отдыха, профильные отряды

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ОБЕД	Огурцы свежие в нарезке	60	0,48	0,06	1,98	29
	Суп картофельный с горохом	250	2,34	3,89	13,61	98,79
	Мясо тушеное	150	26,25	9,15	4,49	204,77
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА ОБЕД:		870	44,54	19,27	132,84	894,85

ИП ЕИ Боковой

Зав.производством

Е.И. Симонова

МЕНЮ

ДАТА:

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

05.06.2025

Лагерь с дневным пребыванием

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная вязкая	205	7,23	6,67	39,54	246,87
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	2,01	2,39	25,65	131,87
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Бутерброд с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		465	13,51	20,8	92,69	606,86
ОБЕД	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,5	3,03	3,19	49,5
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,26	2,29	17,41	99,27
	Плов из отварной птицы	240	42,5	51,8	46,9	853,81
	Компот из кураги	200	0,33	0	22,66	91,98
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43
ИТОГО ЗА ОБЕД:		760	51,77	57,86	130,03	1279,26
ИТОГО ЗА ОБЕД:		1720	104,04	115,82	270,16	2601,52

Лагерь труда и отдыха, лагерь досуга и отдыха, профильные отряды

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ОБЕД	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,5	3,03	3,19	49,5
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,83	2,86	21,76	124,09
	Плов из отварной птицы	240	42,5	51,8	46,9	853,81
	Компот из кураги	200	0,33	0	22,66	91,98
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43
ИТОГО ЗА ОБЕД:		810	52,34	58,43	134,38	1304,08
ИТОГО ЗА ОБЕД:		1010	52,84	58,53	144,48	1347,08

ИП ЕИ Боковой

Зав.производством

Д.Н. Симонова

МЕНЮ

ДАТА:

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

06.06.2025

Лагерь с дневным пребыванием

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша «Дружба»	205	6,55	8,33	35,09	241,11
	Чай с лимоном	207	0,07	0,01	15,31	61,62
	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	207,5
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		492	13,37	13,68	107,4	600,85
ОБЕД	Зеленый горошек консервированный отварной для поджаривания	60	1,88	1,98	4,2	38
	Свекольник	200	1,54	5,07	8,04	83,33
	Котлеты «Школьные»	90	13,77	9,9	11,97	191,7
	Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,41
	Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,01	80
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА ОБЕД:		760	27,24	23,75	108,38	738,14

Лагерь труда и отдыха, лагерь досуга и отдыха, профильные отряды

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ОБЕД	Зеленый горошек консервированный отварной для поджаривания	60	1,88	1,98	4,2	38
	Свекольник	250	1,93	6,34	10,05	104,16
	Котлеты «Школьные»	120	18,36	13,2	15,96	255,6
	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,06	213,94
	Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,01	80
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА ОБЕД:		890	33,29	30,34	122,15	876,4

ИП ЕИ Боковой

Зав. производством

Е.Н. Симонова

МЕНЮ

ДАТА:

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

09.06.2025

Лагерь с дневным пребыванием

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	205	7,44	8,07	35,28	243,92
	Бутерброд с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		465	15,49	23,72	88,82	626,19
ОБЕД	Салат из моркови и яблок	60	0,54	6,09	4,94	75,36
	Рассольник домашний	200	4	9	25,9	119,6
	Биточки из говядины	90	13,7	15	7,3	227,2
	Макароны отварные с маслом слив.	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43
ИТОГО ЗА ОБЕД:		760	30,01	36,13	128,55	879,57

Лагерь труда и отдыха, лагерь досуга и отдыха, профильные отряды

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ОБЕД	Салат из св.помидоров	60	0,6	6,09	2,76	68,28
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,9	6,66	10,81	111,11
	Наггетсы "Курочка"	120	27	14	9,8	243
	Рис отварной	200	5,18	6,78	53,7	300,24
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА ОБЕД:		890	41,42	34,27	144,83	1021,12

ИП ЕИ Боковикова

Зав.производством

Е.Н. Симонова

МЕНЮ

ДАТА:

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

10.06.2025

Лагерь с дневным пребыванием

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная жидкая	205	6,08	6,6	37,1	232,2
	Вафли	50	1,95	15,3	31,25	270,5
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		485	14,81	26,25	114,19	747,47
Обед	Суп картофельный с клецками	230	3	2,63	13,47	89,55
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	120	11,78	17,4	12,14	252,18
	Пюре картофельное с маслом	150	3,195	6,06	23,29	160,45
	Капуста тушеная	100	3,61	3,12	13,7	65,37
	Сок фруктовый	200	1	0,2	22	88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА ОБЕД:		860	28,765	30,15	124,47	840,25

Лагерь труда и отдыха, лагерь досуга и отдыха, профильные отряды

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
Обед	Суп картофельный с клецками	280	3,75	3,29	16,84	111,94
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	170	15,7	23,19	16,18	336,24
	Пюре картофельное с	200	4,16	8,08	31,06	213,94
	Капуста тушеная	100	3,61	3,12	13,7	65,37
	Сок фруктовый	200	1	0,2	22	88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА ОБЕД:		1010	34,4	38,62	139,65	1000,19

ИП ЕИ Боковиков

Зав.производством

Е.Н. Симонова

МЕНЮ

ДАТА:

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

11.06.2025

Лагерь с дневным пребыванием

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Запеканка пшеничная с творогом	150	12,5	6,5	37,4	258
	Чай с сахаром (лимон)	207	-	-	14,98	60
	Бутерброд с сыром	45	6,62	9,48	10,06	152
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		432	22,12	16,42	82,24	560,62
ОБЕД	Салат из моркови и яблок	60	0,54	6,09	4,94	75,36
	Рассольник домашний	200	4	9	25,9	119,6
	Биточки из говядины	90	13,7	15	7,3	227,2
	Макароны отварные с маслом	150	5,52	5,29	35,2	225,18
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА ОБЕД:		760	30,5	30,83	316,99	945,83

Лагерь труда и отдыха, лагерь досуга и отдыха, профильные отряды

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
ОБЕД	Салат из моркови и яблок	60	0,54	6,09	4,94	75,36
	Рассольник домашний	250	5,03	11,3	32,38	149,6
	Биточки из говядины	120	18,31	20,09	9,84	303
	Макароны отварные с маслом	200	7,36	7,06	47,1	281,46
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43
ИТОГО ЗА ОБЕД:		890	37,49	45,29	149,44	1055,74

ИП ЕИ Боковой

Зав.производством

Е.Н. Симонова