

## МБОУ СОШ 23 Серов (Весенний лагерь 12 и ст/22)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

30/20 *Бутерброд с повидлом* \_ кКал-142, Бел-2, Жир-4, Угл-25

*Хлеб пшеничный витамин., Повидло*

250/10 *Каша вязкая молочная из риса  
с маслом* \_ кКал-378, Бел-7, Жир-13, Угл-63

*Крупа Рис круглый, Молоко, \*Вода, Сахар, Масло сливочное*

200 *Чай с сахаром* кКал-60, Угл-15

*Чай высшего сорта, Сахар, \*Вода*

40 *Хлеб пшеничный* кКал-96, Бел-3, Жир-1, Угл-19

Итого за Завтрак кКал-675, Бел-13, Жир-17, Угл-122

Обед.

250 *Суп картофельный с бобовыми* кКал-216, Бел-6, Жир-9, Угл-66

*Картофель, Горох колотый, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, \*Вода, Соль*

20 *Гренки* \_ кКал-63, Бел-2, Угл-13

100 *Зразы рубленые (свин.)* \_ кКал-317, Бел-12, Жир-23, Угл-17

*Свиной окорок, Хлеб пшеничный витамин., Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Яйцо, Сухари панировочные*

180 *Макаронные изделия отварные* кКал-273, Бел-7, Жир-5, Угл-32

*Макаронные изделия гр. А, Соль, Масло сливочное*

20 *Соус красный основной* кКал-17, Жир-1, Угл-1

*Вода питьевая, Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Соль*

200 *Компот из смеси сухофруктов* кКал-108, Угл-29

*Смесь сухофруктов, Сахар, Кислота лимонная, \*Вода*

30 *Хлеб пшеничный* кКал-72, Бел-2, Жир-1, Угл-14

20 *Хлеб ржаной* кКал-43, Бел-1, Жир-1, Угл-10

Итого за Обед. кКал-1 109, Бел-30, Жир-40, Угл-182

Итого за кКал-1 784, Бел-42, Жир-57, Угл-304

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	172-55
---	--------

Заведующая производством \_

Бухгалтер \_

Согласовано: Директор школы \_

## ИБОУ СОШ 23 Серов (Весенний лагерь 7-11 лет/22)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

30/20 **Бутерброд с повидлом** \_ кКал-142, Бел-2, Жир-4, Угл-25

*Хлеб пшеничный витамин., Повидло*

200/10 **Каша вязкая молочная из риса с маслом** \_ кКал-305, Бел-6, Жир-10, Угл-51

*Крупа Рис круглый, Молоко, \*Вода, Сахар, Масло сливочное*

200 **Чай с сахаром** кКал-60, Угл-15

*Чай высшего сорта, Сахар, \*Вода*

40 **Хлеб пшеничный** кКал-96, Бел-3, Жир-1, Угл-19

Итого за Завтрак кКал-603, Бел-11, Жир-15, Угл-110

Обед.

200 **Суп картофельный с бобовыми** кКал-173, Бел-4, Жир-7, Угл-53

*Картофель, Горох колотый, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, \*Вода, Соль*

20 **Гренки** \_ кКал-63, Бел-2, Угл-13

90 **Зразы рубленые (свин.)** \_ кКал-285, Бел-11, Жир-20, Угл-15

*Свиной окорок, Хлеб пшеничный витамин., Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Яйцо, Сухари панировочные*

150 **Макаронные изделия отварные** кКал-228, Бел-6, Жир-5, Угл-26

*Макаронные изделия гр. А, Соль, Масло сливочное*

20 **Соус красный основной** кКал-17, Жир-1, Угл-1

*Вода питьевая, Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Соль*

200 **Компот из смеси сухофруктов** кКал-108, Угл-29

*Смесь сухофруктов, Сахар, Кислота лимонная, \*Вода*

20 **Хлеб пшеничный** кКал-48, Бел-2, Угл-10


20 **Хлеб ржаной** кКал-43, Бел-1, Жир-1, Угл-10

Итого за Обед. кКал-964, Бел-26, Жир-35, Угл-157

Итого за кКал-1 567, Бел-37, Жир-50, Угл-267

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	172-55
---	--------

Заведующая производством \_

Бухгалтер 

Согласовано: Директор школы \_

## МБОУ СОШ 23 Серов (Весенний лагерь 12 и ст/22)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

40	Яйца вареные	кКал-63, Бел-5, Жир-5
250/10	Каша молочная Геркулес с маслом <i>Хлопья овсяные "Геркулес", Соль, Сахар, Вода питьевая, Молоко, Масло сливочное</i>	кКал-495, Бел-21, Жир-27, Угл-81
200	Чай с молоком <i>Чай высшего сорта, Сахар, Молоко, *Вода</i>	кКал-91, Бел-1, Жир-2, Угл-18
50	Хлеб пшеничный	кКал-120, Бел-4, Жир-1, Угл-24
Итого за Завтрак		кКал-768, Бел-32, Жир-34, Угл-123

Обед.

250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной <i>Свекла, Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Петрушка, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, *Вода, Соль, Сметана</i>	кКал-125, Бел-2, Жир-5, Угл-19
50/50	Курица тушеная в соусе <i>Цыпленок-бройлер, Масло растительное, Вода питьевая, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Сахар, Масло сливочное</i>	кКал-151, Бел-11, Жир-11, Угл-10
180	Рис отварной <i>Крупа Рис круглый, Масло сливочное</i>	кКал-258, Бел-4, Жир-8, Угл-35
200	Соки фруктовые и ягодные	кКал-102, Бел-1, Угл-24
30	Хлеб пшеничный	кКал-72, Бел-2, Жир-1, Угл-14
30	Хлеб ржаной	кКал-64, Бел-1, Жир-1, Угл-15
Итого за Обед.		кКал-772, Бел-21, Жир-25, Угл-117
Итого за		кКал-1 540, Бел-53, Жир-59, Угл-240

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	172-55

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор школы \_\_\_\_\_

## ИБОУ СОШ 23 Серов (Весенний лагерь 7-11 лет/22,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

40	Яйца вареные	кКал-63, Бел-5, Жир-5
200/10	Каша молочная Геркулес с маслом <i>Хлопья овсяные "Геркулес", Соль, Сахар, Вода питьевая, Молоко, Масло сливочное</i>	кКал-399, Бел-17, Жир-22, Угл-66
200	Чай с молоком <i>Чай высшего сорта, Сахар, Молоко, *Вода</i>	кКал-91, Бел-1, Жир-2, Угл-18
50	Хлеб пшеничный	кКал-120, Бел-4, Жир-1, Угл-24
Итого за Завтрак		кКал-673, Бел-27, Жир-29, Угл-108

Обед.

200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной <i>Свекла, Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Петрушка, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, *Вода, Соль, Сметана</i>	кКал-101, Бел-1, Жир-4, Угл-15
50/50	Курица тушеная в соусе <i>Цыпленок-бройлер, Масло растительное, Вода питьевая, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Сахар, Масло сливочное</i>	кКал-151, Бел-11, Жир-11, Угл-10
150	Рис отварной <i>Крупа Рис круглый, Масло сливочное</i>	кКал-215, Бел-4, Жир-7, Угл-29
200	Соки фруктовые и ягодные	кКал-102, Бел-1, Угл-24
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
20	Хлеб ржаной	кКал-43, Бел-1, Жир-1, Угл-10
Итого за Обед.		кКал-659, Бел-19, Жир-22, Угл-98
Итого за		кКал-1 332, Бел-47, Жир-51, Угл-205

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	172-55
---	--------

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор школы \_\_\_\_\_

## МБОУ СОШ 23 Серов (Весенний лагерь 12 и ст/22)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

200/10	Каша жидкая из манной крупы с маслом	кКал-251, Бел-18, Жир-25, Угл-67
	<i>Крупа манная, Молоко, *Вода, Сахар, Масло сливочное</i>	
100	Запеканка из творога с рисом	кКал-201, Бел-5, Жир-8, Угл-27
	<i>Сахар, Яйцо, Соль, Масло растительное, Творог, Крупа Рис круглый, Вода питьевая, Масло сливочное, Сметана</i>	
20	Молоко сгущенное	кКал-98, Бел-1, Жир-6, Угл-11
200	Чай с сахаром	кКал-60, Угл-15
	<i>Чай высшего сорта, Сахар, *Вода</i>	
30	Хлеб пшеничный	кКал-72, Бел-2, Жир-1, Угл-14

Итого за Завтрак кКал-682, Бел-27, Жир-39, Угл-135

Обед.

250/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	кКал-135, Бел-7, Жир-5, Угл-21
	<i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Петрушка, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, *Вода, Соль, Сметана</i>	
100	Котлеты, биточки, инджели (свинина)	кКал-356, Бел-14, Жир-25, Угл-26
	<i>Свиной окорок, Хлеб пшеничный витамин, Вода питьевая, Сухари панировочные, Масло растительное</i>	
180	Пюре картофельное	кКал-273, Бел-4, Жир-6, Угл-59
	<i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль</i>	
200	Компот из изюма	кКал-132, Угл-33
	<i>Изюм, Сахар, Кислота лимонная, *Вода</i>	
30	Хлеб пшеничный	кКал-72, Бел-2, Жир-1, Угл-14
30	Хлеб ржаной	кКал-64, Бел-1, Жир-1, Угл-15

Итого за Обед. кКал-1 033, Бел-29, Жир-38, Угл-168

Итого за кКал-1 715, Бел-56, Жир-77, Угл-303

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	172-55
---	--------

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор школы \_\_\_\_\_

## ИБОУ СОШ 23 Серов (Весенний лагерь 7-11 лет/22,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

150/10	<i>Каша жидкая из манной крупы с маслом</i> <small>Крупа манная, Молоко, *Вода, Сахар, Масло сливочное</small>	кКал-191, Бел-14, Жир-19, Угл-51
100	<i>Запеканка из творога с рисом</i> <small>Сахар, Яйцо, Соль, Масло растительное, Творог, Крупа Рис круглый, Вода питьевая, Масло сливочное, Сметана</small>	кКал-201, Бел-5, Жир-8, Угл-27
20	<i>Молоко сгущенное</i>	кКал-98, Бел-1, Жир-6, Угл-11
200	<i>Чай с сахаром</i> <small>Чай высшего сорта, Сахар, *Вода</small>	кКал-60, Угл-15
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-72, Бел-2, Жир-1, Угл-14

Итого за Завтрак кКал-622, Бел-23, Жир-33, Угл-119

Обед.

200/10	<i>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</i> <small>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Петрушка, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, *Вода, Соль, Сметана</small>	кКал-109, Бел-6, Жир-4, Угл-17
90	<i>Котлеты, биточки, шницели (свинина)</i> <small>Свиной окорок, Хлеб пшеничный витамин., Вода питьевая, Сухари панировочные, Масло растительное</small>	кКал-320, Бел-12, Жир-23, Угл-24
150	<i>Пюре картофельное</i> <small>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль</small>	кКал-228, Бел-3, Жир-5, Угл-49
200	<i>Компот из изюма</i> <small>Изюм, Сахар, Кислота лимонная, *Вода</small>	кКал-132, Угл-33
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-72, Бел-2, Жир-1, Угл-14
20	<i>Хлеб ржаной</i>	кКал-43, Бел-1, Жир-1, Угл-10

Итого за Обед. кКал-904, Бел-25, Жир-33, Угл-147

Итого за кКал-1 526, Бел-48, Жир-67, Угл-266

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	172-55
---	--------

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор школы \_\_\_\_\_

## МБОУ СОШ 23 Серов (Весенний лагерь 12 и ст/22)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

200/10	<i>Каша вязкая молочная из пшени с маслом</i> <small>Крупа пшеничная, Молоко, *Вода, Сахар, Масло сливочное</small>	кКал-290, Бел-9, Жир-12, Угл-43
200/7	<i>Чай с лимоном</i> <small>Чай высшего сорта, *Вода, Сахар, Лимон</small>	кКал-65, Угл-16
1	<i>Фрукт свежий</i>	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-48, Бел-2, Угл-10

Итого за Завтрак кКал-497, Бел-12, Жир-13, Угл-88

Обед.

250/10	<i>Рассольник ленинградский со сметаной</i> <small>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Масло растительное, *Вода, Соль, Сметана</small>	кКал-219, Бел-6, Жир-5, Угл-48
100	<i>Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое</i> <small>Минтай б/г, Яйцо, Лук репчатый, Молоко, Крупа Рис круглый, Масло растительное, Соль</small>	кКал-161, Бел-3, Жир-7, Угл-9
180	<i>Капуста тушеная</i> <small>Капуста белокочанная, Масло растительное, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Лист лавровый, Мука пшеничная, Сахар</small>	кКал-227, Бел-13, Жир-13, Угл-35
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i> <small>Смесь сухофруктов, Сахар, Кислота лимонная, *Вода</small>	кКал-108, Угл-29
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-72, Бел-2, Жир-1, Угл-14
30	<i>Хлеб ржаной</i>	кКал-64, Бел-1, Жир-1, Угл-15

Итого за Обед, кКал-852, Бел-25, Жир-27, Угл-151

Итого за кКал-1 349, Бел-37, Жир-40, Угл-239

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	172-55
---	--------

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор школы \_\_\_\_\_

## ИБОУ СОШ 23 Серов (Весенний лагерь 7-11 лет/22,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

150/10	<i>Каша вязкая молочная из пшена с маслом</i> <small>Крупа пшенная, Молоко, *Вода, Сахар, Масло сливочное</small>	кКал-221, Бел-7, Жир-9, Угл-33
200/7	<i>Чай с лимоном</i> <small>Чай высшего сорта, *Вода, Сахар, Лимон</small>	кКал-65, Угл-16
1	<i>Фрукт свежий</i>	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-48, Бел-2, Угл-10

Итого за Завтрак кКал-428, Бел-10, Жир-10, Угл-78

Обед.

200/10	<i>Рассольник ленинградский со сметаной</i> <small>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Масло растительное, *Вода, Соль, Сметана</small>	кКал-177, Бел-5, Жир-4, Угл-39
90	<i>Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое</i> <small>Минтай б/г, Яйцо, Лук репчатый, Молоко, Крупа Рис круглый, Масло растительное, Соль</small>	кКал-145, Бел-3, Жир-6, Угл-8
150	<i>Капуста тушеная</i> <small>Капуста белокочанная, Масло растительное, Томат-паста, Морковь, Лук репчатый, Лист лавровый, Мука пшеничная, Сахар</small>	кКал-189, Бел-11, Жир-11, Угл-29
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i> <small>Смесь сухофруктов, Сахар, Кислота лимонная, *Вода</small>	кКал-108, Угл-29
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-72, Бел-2, Жир-1, Угл-14
20	<i>Хлеб ржаной</i>	кКал-43, Бел-1, Жир-1, Угл-10

Итого за Обед. кКал-734, Бел-21, Жир-23, Угл-130

Итого за кКал-1 162, Бел-31, Жир-33, Угл-207

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	172-55
---	--------

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор школы \_\_\_\_\_



## МБОУ СОШ 23 Серов (Весенний лагерь 12 и ст/22)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

15	Сыр (порциями)	кКал-52, Бел-4, Жир-4
250/10	Каша вязкая молочная ячневая с маслом	кКал-375, Бел-16, Жир-17, Угл-79
	<i>Крупа ячневая, Молоко, *Вода, Сахар, Масло сливочное</i>	
200	Чай с сахаром	кКал-60, Угл-15
	<i>Чай высшего сорта, Сахар, *Вода</i>	
40	Хлеб пшеничный	кКал-96, Бел-3, Жир-1, Угл-19
35	Хлеб ржаной	кКал-75, Бел-2, Жир-1, Угл-17
Итого за Завтрак		кКал-657, Бел-25, Жир-23, Угл-130

Обед.

250	Суп-пюре из разных овощей	кКал-144, Бел-10, Жир-11, Угл-13
	<i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Мука пшеничная, Масло сливочное, Молоко, Вода питьевая, Соль</i>	
30	Гренки	кКал-95, Бел-4, Жир-1, Угл-19
100	Суфле из печени	кКал-267, Бел-21, Жир-16, Угл-4
	<i>Печень говяжья, Яйцо, Масло растительное, Мука пшеничная, Молоко</i>	
180	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	кКал-462, Бел-14, Жир-12, Угл-75
	<i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное</i>	
20	Соус красный основной	кКал-17, Жир-1, Угл-1
	<i>Вода питьевая, Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Соль</i>	
200	Компот из ягод (заморозка)	кКал-144, Бел-1, Угл-35
	<i>Ягоды заморозка, Сахар, Кислота лимонная, *Вода</i>	
30	Хлеб пшеничный	кКал-72, Бел-2, Жир-1, Угл-14
20	Хлеб ржаной	кКал-43, Бел-1, Жир-1, Угл-10
Итого за Обед.		кКал-1 244, Бел-53, Жир-42, Угл-172
Итого за		кКал-1 901, Бел-78, Жир-65, Угл-303

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	172-55
---	--------

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор школы \_\_\_\_\_

## ИБОУ СОШ 23 Серов (Весенний лагерь 7-11 лет/22,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

10	Сыр (порциями)	кКал-34, Бел-3, Жир-3
200/10	Каша вязкая молочная ячневая с маслом	кКал-303, Бел-13, Жир-14, Угл-63
	<i>Крупа ячневая, Молоко, *Вода, Сахар, Масло сливочное</i>	
200	Чай с сахаром	кКал-60, Угл-15
	<i>Чай высшего сорта, Сахар, *Вода</i>	
40	Хлеб пшеничный	кКал-96, Бел-3, Жир-1, Угл-19
40	Хлеб ржаной	кКал-86, Бел-2, Жир-1, Угл-20
Итого за Завтрак		кКал-579, Бел-21, Жир-19, Угл-118

Обед.

200	Суп-пюре из разных овощей	кКал-115, Бел-8, Жир-9, Угл-10
	<i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Мука пшеничная, Масло сливочное, Молоко, Вода питьевая, Соль</i>	
20	Гренки	кКал-63, Бел-2, Угл-13
90	Суфле из печени	кКал-241, Бел-19, Жир-14, Угл-3
	<i>Печень говяжья, Яйцо, Масло растительное, Мука пшеничная, Молоко</i>	
150	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	кКал-385, Бел-12, Жир-10, Угл-63
	<i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное</i>	
20	Соус красный основной	кКал-17, Жир-1, Угл-1
	<i>Вода питьевая, Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Соль</i>	
200	Компот из ягод (заморозка)	кКал-144, Бел-1, Угл-35
	<i>Ягоды заморозка, Сахар, Кислота лимонная, *Вода</i>	
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
20	Хлеб ржаной	кКал-43, Бел-1, Жир-1, Угл-10
Итого за Обед.		кКал-1 055, Бел-45, Жир-36, Угл-146
Итого за		кКал-1 634, Бел-65, Жир-54, Угл-263

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	172-55
---	--------

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор школы \_\_\_\_\_