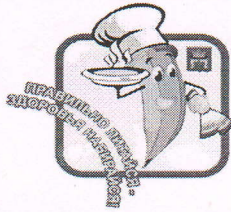


# Меню (1 день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
 Директор МБОУ СОШ №1 Этно. Род. Школы  
В.А. Бордачев  
 1 июня 2026 года.

на 1 июня 2026 года.

## Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛОЛ (летнем оздоровительном лагере) 5-11х классов

рецептуры (технологической карты)	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
<b>ДЕНЬ №1 ЗАВТРАК</b>						
210	Омлет натуральный	200	18,60	33,10	3,51	386,20
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
338	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		570	23,5	35,15	48,47	609,4
<b>День №1 ОБЕД</b>						
52	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,30	5,00	8,00	83,50
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	250	2,87	5,25	12,00	141,25
	Сосиска отварная с соусом томатным (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,40
309	Макаронны отварные со сливочным маслом	180	6,6	5,4	31,74	202,14
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,10	103,14
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		840	28	31,34	99,29	829,43
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ:</b>		1410	51,5	66,49	147,76	1438,83

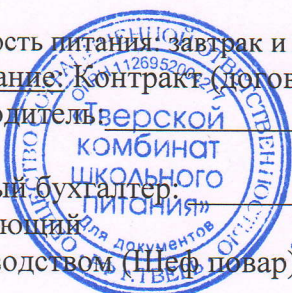
Стоимость питания: завтрак и обед 5-11 кл. 193,00 руб.

Основание: Контракт (договор) г. Конаково

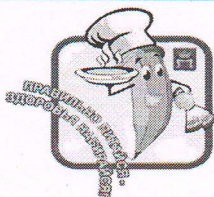
Руководитель Османова Л.А.

Главный бухгалтер Долгополова Л.А.

Заведующий производством (Шеф-повар)



# Меню (2день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
 Директор *МБОУ СОШ №3 г. Тверь*  
*В.А. Бердаев*  
 2 июня 2026 года.

на 2 июня 2026 года.

## Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛОЛ (летнем оздоровительном лагере) 5-11х классов

рецептуры (технологической карты)	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
<b>ДЕНЬ №2 ЗАВТРАК</b>						
174	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250	7,5	13,6	53,7	367,5
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		640	11,2	15,38	95,76	572,2
<b>ДЕНЬ2 ОБЕД</b>						
67	Винегрет овощной с маслом растительным	100	1,40	10,00	7,30	125,10
99	Суп из овощей на курином бульоне	250	1,60	4,98	9,10	95,25
	Плов из мяса птицы	280	23,63	14,69	49,95	427,39
349	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		890	30,38	31,00	96,66	788,48
<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ:</b>		1530	41,58	46,38	192,42	1360,68

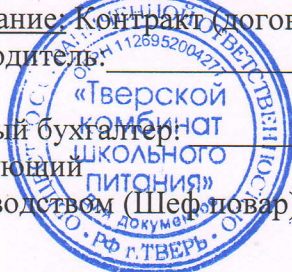
Стоимость питания: завтрак и обед 5-11 кл. 193,00 руб.

Основание: Контракт (договор) г. Конаково

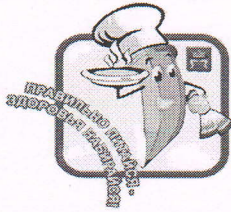
Руководитель: *Османова Л.А.*

Главный бухгалтер: *Долгополова Л.А.*

Заведующий производством (Шеф-повар)



# Меню (3 день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
 Директор *МБОУ СОШ № 3 пос. Редкино*  
*В. А. Богданов*  
 3 июня 2026 года.

на 3 июня 2026 года.

## Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛОЛ (летнем оздоровительном лагере) 5-11х классов

рецептуры (технологической карты)	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм )	Пищевые вещества (г.)			Энергетич еская ценность (ккалл.)
			Б	Ж	У	
<b>ДЕНЬ 3 ЗАВТРАК</b>						
223	Запеканка из творога с повидлом	200	10,5	15,1	54,4	401,9
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	120	0,48	0,48	11,76	56,4
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>560</b>	<b>14,08</b>	<b>16,76</b>	<b>93,52</b>	<b>592,5</b>
<b>ДЕНЬ 3 ОБЕД</b>						
62	Салат из моркови с сахаром	100	1,20	0,10	11,50	81,70
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	250	2,60	5,15	7,90	124,75
278,1	Тефтели из мяса птицы с соусом	100	15,69	15,08	14,65	257,40
309	Макароны отварные	180	6,60	5,40	31,74	202,14
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00
	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>850</b>	<b>29,61</b>	<b>26,53</b>	<b>123,15</b>	<b>872,87</b>
<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>		<b>1410</b>	<b>43,69</b>	<b>43,29</b>	<b>216,67</b>	<b>1465,37</b>

Стоимость питания: завтрак и обед 5-11 кл. 193,00 руб.

Основание: Контракт (договор) с г. Конаково

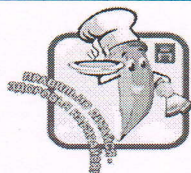
Руководитель: Османова Л.А.

Главный бухгалтер: Долгополова Л.А.

Заведующий  
производством (Шеф-повар) \_\_\_\_\_



# Меню (4день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
 Директор *МБОУ СОШ № 3 пос. Феджи*  
*М.А. В. А. Бардашев*  
 4 июня 2026 года.

на 4 июня 2026 года.

## Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛОЛ (летнем оздоровительном лагере) 5-11х классов

рецептуры (технологической карты)	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
	<b>ДЕНЬ 4 ЗАВТРАК</b>					
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	250	7,6	12,25	39,15	296,88
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>	<b>640</b>	<b>11,3</b>	<b>14,03</b>	<b>81,21</b>	<b>501,58</b>
	<b>ДЕНЬ 4 ОБЕД</b>					
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	100	0,10	3,20	6,50	73,05
82	Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне	250	2,60	5,10	10,90	138,75
290	Птица тушеная с соусом № 331	100	13,28	10,84	2,9	166
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,32	7,30	46,40	292,56
349	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00
	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>	<b>870</b>	<b>28,88</b>	<b>26,96</b>	<b>88,56</b>	<b>773,72</b>
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1510</b>	<b>40,18</b>	<b>40,99</b>	<b>169,77</b>	<b>1275,3</b>

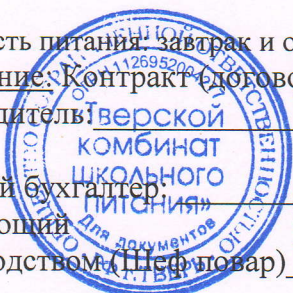
Стоимость питания завтрак и обед 5-11 кл. 193,00 руб.

Основание: Контракт (договор) г. Конаково

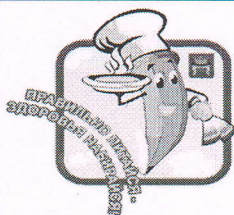
Руководитель *Османова Л.А.*

Главный бухгалтер *Долгополова Л.А.*

Заведующий производством (Шеф-повар)



# Меню (5 день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор *Морчанкина З.И.*

5 июня 2026 года.

на 5 июня 2026 года.

## Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛОЛ (летнем оздоровительном лагере) 5-11х классов

рецептуры (технологической карты)	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
<b>ДЕНЬ 5 ЗАВТРАК</b>						
204	Макароны отварные с сыром	250	16,8	19,8	42,6	418
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		590	20,3	21,38	79,76	599,2
<b>ДЕНЬ 5 ОБЕД</b>						
52	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,30	5,00	8,00	83,50
99	Суп овощной на курином бульоне	250	1,60	4,98	9,10	95,25
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	280	19,67	47,18	26,46	612,78
349	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		890	26,32	58,49	73,87	932,27
<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>		1480	46,62	79,87	153,63	1531,47

Стоимость питания: завтрак и обед 5-11 кл. 193,00 руб.

Основание: Контракт (договор) г. Конаково

Руководитель Османова Л.А.

Главный бухгалтер Долгополова Л.А.

Заведующий производством (Шеф-повар) \_\_\_\_\_