

1-ый день

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ «СОШ №1
им. А.М. Ижаева с. Учкеекен»

К.О. Кипкеева



УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря
/ М.Р Гочияева /

№ реп.	Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергет. ценност	цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Суп молочный с макаронными изделиями	1/250	9,84	4,65	43,94	193,76	
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	
	Яйцо куриное диетическое	1/1шт	6,35	5,75	0,35	78,45	
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Хлеб ржаной	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Пирожки с картошкой	1/50	2,36	3,57	18,52	115,69	
	ОБЕД						
	Суп картофельный с пшеном	15/200	5,42	5,37	13,86	125,48	
	Котлеты куриные	60/30	9,26	11,48	10,55	182,63	
	Макароны отварные	1/100	1,02	3,36	2,62	1,9	
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	4,65	6,15	4,52	76,54	
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	0,2	0,6	26,7	113,4	
	Компот из сухофруктов	1/200	-	-	23,7	85	
	Фрукты	1/75	4,88	4,60	35,42	202,7	
	ИТОГО:	1521	55,95	49,33	285,75	1662,49	

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ «СОШ №1
им. А.М. Ижаева с. Учкеева»

/К.О. Кипкеева/



УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря

/ М.Р Гочияева /

№ реп.	Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергет. ценность	цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Каша рисовая с изюмом	1/250	6,98	12,98	57,74	372,85	
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Кондитерское изделие	1/75	4,88	4,60	35,42	202,70	
	ОБЕД						
	Борщ	1/250	2,07	5,13	13,40	113,84	
	Гуляш куриный	30/30	9,76	7,65	1,74	114,84	
	Гречка отварная	1/100	5,85	4,06	26,43	165,66	
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	1,02	6,15	4,52	76,54	
	ИТОГО:	1525	44,42	42,67	268,78	1511,36	

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ «СОШ №1

им. А.М. Ижаева с. Учкеев

К.О. Кипкеева



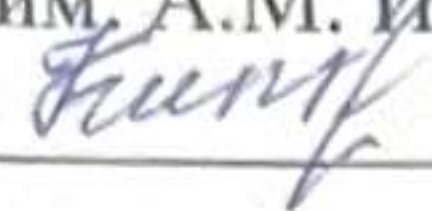
УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря

М.Р. Гочияева //

№ реп.	Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергет. ценность	цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Макароны с сыром	1/170	6,12	12,67	0,18	160,7	
	Какао с молоком	1/200	-	-	19,96	74,8	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Кондитерское изделие	1/75	4,88	4,60	35,42	202,70	
	ОБЕД						
	Суп картофельный с горохом	1/250	5,85	5,41	18,90	152,50	
	Плов из говядины	1/125	8	16,85	26,76	290,73	
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	1,02	6,15	4,52	76,54	
	Чай с лимоном	1/200	0,09	0,01	20,06	79,1	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Фрукты	1/150	0,7	0,7	18,2	83,4	
	ИТОГО:	1510	42,96	50,79	261,3	1674,87	

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ «СОШ №1
им. А.М. Ижаева с. Учкеев» / К.О. Кипкеева/

УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря
/ М.Р. Гочияева /

№ реп.	Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергет. ценност	цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Каша манная	1/170	4,93	7,42	34,8	217,2	
	Сливочное масло	1/10	0,10	16,5	0,16	149,620	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Чай с сахаром	1/200	0,1	-	15,6	60,0	
	Булочка сдобная	1/50	4,72	7,14	37,04	231,38	
	ОБЕД						
	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,36	2,04	16,84	95,11	
	Картофельное пюре	1/100	2,20	3,43	14,72	98,58	
	Котлеты из говядины	50/30	8,97	8,25	10,12	150,59	
	Компот из сухофруктов	1/200	0,2	-	23,7	8,5	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/150	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Фрукты	1/150	0,7	0,7	18,2	83,4	
	ИТОГО:	1551	48,64	60,25	298,1	1888.67	

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ «СОШ №1
им. А.М. Ижаева с. Учкёкен»

/К.О. Кипкеева/



УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря
/ М.Р Гочияева /

№ реп.	Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергет. ценност	цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Суп молочный с макаронными изделиями	1/250	9,84	4,65	43,94	193,76	
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	
	Яйцо куриное	1/1шт	6,35	5,75	0,35	78,45	
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Хлеб ржаной	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Кондитерское изделие	1/50	2,36	3,57	18,52	115,69	
	ОБЕД						
	Суп картофельный с пшеном	15/200	5,42	5,37	13,86	125,48	
	Тефтели из говядины	60/30	9,26	11,48	10,55	182,63	
	Макароны отварные	1/100	1,02	3,36	2,62	41,9	
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	4,65	6,15	4,52	76,54	
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	0,2	0,6	26,7	113,4	
	Компот из сухофруктов	1/200	-	-	23,7	85	
	Фрукты	1/75	4,88	4,60	35,42	202,7	
	ИТОГО:	1521	55,95	49,33	285,75	1662.49	

СОГЛАСОВАНО
 Директор МКОУ «СОШ №1
 им. А.М. Ижаева с. Ушкеев»
 /К.О. Кипкеева/

УТВЕРЖДАЮ
 Начальник лагеря
 /М.Р Гочияева/

№ реп.	Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергет. ценность	цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Каша рисовая с изюмом	1/250	6,98	12,98	57,74	372,85	
	Кисель фруктовый	1/200	-	-	14,97	5,94	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Кондитерское изделие	1/75	2,36	3,57	18,52	115,69	
	ОБЕД						
	Борщ	1/250	2,07	5,13	13,40	113,84	
	Гуляш куриный	30/30	9,76	7,65	1,74	114,84	
	Гречка отварная	1/100	5,85	4,06	26,43	165,66	
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Салат из свежих огурцов	1/100	1,02	6,15	4,52	76,54	
	Фрукты	1/50	2,44	2,30	17,76	101,35	
	ИТОГО:	1525	44,42	42,67	268,78	1511,36	


СОГЛАСОВАНО
 Директор МКОУ «СОШ №1
 им. А.М. Ижаева с. Учкескен»
 /К.О. Кипкеева/



7-ий день
УТВЕРЖДАЮ
 Начальник лагеря
 // М.Р Гочияева

№ реп.	Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергет. ценность	цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Макароны с сыром	1/170	6,12	12,67	0,18	160,7	
	Какао с молоком	1/200	-	-	19,96	74,8	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Кондитерское изделие	1/75	4,88	4,60	35,42	202,70	
	ОБЕД						
	Суп картофельный с горохом	1/250	5,85	5,41	18,90	152,50	
	Плов из говядины	1/125	8	16,85	26,76	290,73	
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	1,02	6,15	4,52	76,54	
	Чай с лимоном	1/200	0,09	0,01	20,06	79,1	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Фрукты	1/150	0,7	0,7	18,2	83,4	
	ИТОГО:	1510	42,96	50,79	261,3	1674,87	

СОГЛАСОВАНО
 Директор МКОУ «СОШ №1
 им. А.М. Ижаева с. Учкеев»
 К.О. Кипкеева



УТВЕРЖДАЮ
 Начальник лагеря
 М.Р. Гочияева /

№ реп.	Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергет. ценность	цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Каша манная	1/170	4,93	7,42	34,8	217,2	
	Сливочное масло	1/10	0,10	16,5	0,16	149,620	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Чай с сахаром	1/200	0,1	-	15,6	60,0	
	Булочка сдобная	1/50	4,72	7,14	37,04	231,38	
	ОБЕД						
	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,36	2,04	16,84	95,11	
	Картофельное пюре	1/100	2,20	3,43	14,72	98,58	
	Котлеты из говядины	50/30	8,97	8,25	10,12	150,59	
	Компот из сухофруктов	1/200	0,2	-	23,7	8,5	
	Салат из свежей капусты	1/100	1,71	4,56	9,27	84,96	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/150	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Фрукты	1/150	0,7	0,7	18,2	83,4	
	ИТОГО:	1551	48,64	60,25	298,1	1888.67	

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ «СОШ №1
им. А.М. Ибраева с. Учкөкөн»
К.О. Кипкеева

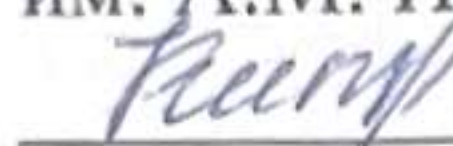


УТВЕРЖДАЮ
Начальник лагеря
/ М.Р Гочияева

№ реп.	Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергет. ценность	цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Суп молочный с рисом	1/250	6,98	12,98	57,74	372,85	
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Кондитерское изделие	1/75	2,36	3,57	18,52	115,69	
	ОБЕД						
	Борщ	1/250	2,07	5,13	13,40	113,84	
	Рыба тушеная с макаронами	80/150	20,02	8,5	21,97	248,42	
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	1,02	6,15	4,52	76,54	
	Печенье	1/50	2,44	2,30	17,76	101,35	
	ИТОГО:	1525	44,42	42,67	268,78	1511,36	

10-ый день

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ «СОШ №1
им. А.М. Ижаева с. Учкеев» Л.О. Кипкеева

УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря
/М.Р Гочияева

№ реп.	Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергет. ценность	цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Суп молочный с макаронными изделиями	1/250	9,84	4,65	43,94	193,76	
	Кисель	1/200	-	-	14,97	5,94	
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	
	Хлеб ржаной	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	
	Пирожки с картошкой	1/50	2,36	3,57	18,52	115,69	
	ОБЕД						
	Суп картофельный с пшеном	15/200	5,42	5,37	13,86	125,48	
	Котлеты куриные	60/30	9,26	11,48	10,55	182,63	
	Гречка отварная	1/100	1,02	3,36	2,62	41,9	
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	4,65	6,15	4,527	76,54	
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	1,60	31,95	163,8	
	Хлеб ржаной	1/60	0,2	0,6	26,7	113,4	
	Компот из сухофруктов	1/200	-	-	23,7	85	
	Фрукты	1/75	4,88	4,60	35,42	202,7	
	ИТОГО:	1521	55,95	49,33	285,75	1662,49	