

1-ый день

Согласовано
Директор МБОУ
«СОШ №4 г. Кызыл-Покун»
 С.Х.-А. Узденов/

«Утверждаю»
Начальник лагеря

 А.С.-Х. Тамбиева/

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность (ккал)	цена
			белки	жиры	углеводы		
	завтрак						
	Суп молочный с макаронными изделиями	1/250	9,84	4,65	43,94	193,76	25р.
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Печенье	1/50	2,36	3,57	18,52	115,69	15р.
	Обед						
	Суп картофельный с пшеном	15/200	5,42	5,37	13,86	125,48	20р.
	Куриные котлеты	60/30	9,26	11,48	10,55	182,63	30р.
	Макароны отварные	1/100	1,02	3,36	2,62	1,9	15р.
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	4,65	6,15	4,52	76,54	15р.
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1,60	0,2	0,6	26,7	113,4	3р.
	Компот из сухофруктов	1/200	-	-	23,7	85	10р.
	Фрукты	1/75	4,88	4,60	35,42	202,7	24р.
	ИТОГО	1521	55,95	49,33	285,75	1662,49	170р.

Повар —  Батурова Б. А.

Медсестра  Баймуратова Б. М. 2.06.2025

2-ой день

Согласовано
Директор МБОУ
«СОШ №4 с. Кызыл-Покуп»
 /С.Х.А.Узденев/



«Утверждаю»
Начальник лагеря

 /А.С.Х.Тамбиева/

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность (ккал)	цена
			белки	жиры	углеводы		
	завтрак						
	Каша рисовая с изюмом	1/250	Гб^98	12,98	57,74	372,85	25р.
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Кондитерское изделие	1/75					15р.
	Обед						
	Борщ	1/250	2,07	5,13	13,40	113,84	20р.
	Гуляш куриный	30/30	9,76	7,65	1,74	114,84	28р.
	Гречка отварная	1/100	5,85	4,06	26,43	165,66	15р.
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1,60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Салат из свежих огурцов и помидоров	1/100	1,02	6,15	4,52	76,54	15р.
	Мороженое	-	-	-	-	-	20р.
	ИТОГО	1525	44,42	42,67	268,78	1511,36	170р.

Повар -  Бамурова З.А.А.

Медсестра  Байрамкулова З.М.

3-ий день

Согласовано
Директор МБОУ
«СОШ №4 «Кызыл-Токун»
С.Х.А. Узденов/

«Утверждаю»
Начальник лагеря

А.С.-Х. Тамбиева / А.С.-Х. Тамбиева/

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность (ккал)	цена
			белки	жиры	углеводы		
	завтрак						
	Макароны с сыром	1/170	6,12	12,67	0,18	160,7	20р.
	Какао с молоком	1/200	-	-	19,96	74,8	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Кондитерское изделие	1/75	4,88	4,60	35,42	202,70	23р.
	Обед						
	Суп картофельный с горохом	1/250	5,85	5,41	18,90	152,50	20р.
	Плов из говядины	1/125	8	16,85	26,76	290,73	40р.
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	1,02	6,15	4,52	76,54	15р.
	Чай с лимоном	1/200	0,09	0,01	20,06	79,1	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1,60	3,5	0,6	26,7	13,4	3р.
	Фрукты	1/150	0,7	0,7	18,2	83,4	20р.
	ИТОГО	1510	42,96	50,79	261,3	1674,87	170р.

Повар - *Самуилов*

Баликурова Ф.Н.Н.

Медсестра *Баликурова*

Баликурова Ф.Н.

Согласовано
Директор МБОУ
«СОШ № 4с Кызыл-Покун»
/С.Х.-А. Узденов/

«Утверждаю»
Начальник лагеря

/А.С.-Х. Тамбиева/

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность (ккал)	цена
			белки	жиры	углеводы		
	завтрак						
	Каша манная	1/170	4,93	7,42	34,8	217,2	15р.
	Сливочное масло	1/10	0,10	16,5	0,16	149,620	5р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Чай с сахаром	1/200	0,1	-	15,6	60,0	10р.
	Булочка сдобная	1/50	4,72	7,14	37,04	231,38	10р.
	Обед						
	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,36	2,04	16,84	95,11	28р.
	Картофельное пюре	1/100	2,20	3,43	14,72	98,58	12 р.
	Котлеты из говядины	50/30	8,97	8,25	10,12	150,59	38р.
	Компот из сухофруктов	1/200	0,2	-	23,7	8,5	10р.
	Салат из свежей капусты	1/100	1,71	4,56	9,27	84,96	10р.
	Хлеб пшеничный	1,60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1/150	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Фрукты	1/150	0,7	0,7	18,2	83,4	20р.
	ИТОГО	1551	48,64	60,25	298,1	1888,67	170р.

Повар - *Бегматов*

Бакурова Г. А.А.

Медсестра *Бегматов*

Байрамулова Г. М.

5-ый день

Согласовано
Директор МБОУ
«СОШ №4с Кызыл-Покун»
/С.Х.-А. Узденов/

«Утверждаю»
Начальник лагеря

А.С.-Х. Тамбиева /А.С.-Х. Тамбиева/

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность (ккал)	цена
			белки	жиры	углеводы		
	завтрак						
	Суп молочный с макаронными изделиями	1/250	9,84	4,65	43,94	193,76	20р.
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Кондитерское изделие	1/50	2,36	3,57	18,52	115,69	15р.
	Обед						
	Суп картофельный с пшеном	15/200	5,42	5,37	13,86	125,48	18р.
	Тефтели из говядины	60/30	9,26	11,48	10,55	182,63	38р.
	Макароны отварные	1/100	1,02	3,36	2,62	41,9	12р.
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	4,65	6,15	4,52	76,54	15р.
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1,60	0,2	0,6	26,7	113,4	3р.
	Компот из сухофруктов	1/200	-	-	23,7	85	10р.
	Фрукты	1/75	4,88	4,60	35,42	202,7	20р.
	ИТОГО	1521	55,95	49,33	285,75	1662,49	170р.

Завар - *Тамбиева*

Бакурова А.А.

Медсестра *Бай*

Бахиржанова А.М.

6-ой день

Согласовано
Директор МБОУ
«СОШ №4с Кызыл-Покун»
/С.Х-А. Узденов/

«Утверждаю»
Начальник лагеря

/А.С-Х. Тамбиева/

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность (ккал)	цена
			белки	жиры	углеводы		
	завтрак						
	Каша рисовая с изюмом	1/250	6,98	12,98	57,74	372,85	25р.
	Чай	1/200	-	-	14,97	5,94	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Кондитерское изделие	1/75					15р.
	Обед						
	Борщ	1/250	2,07	5,13	13,40	113,84	20р.
	Гуляш куриный	30/30	9,76	7,65	1,74	114,84	28р.
	Гречка отварная	1/100	5,85	4,06	26,43	165,66	15р.
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1,60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Салат из свежих огурцов	1/100	1,02	6,15	4,52	76,54	15р.
	Фрукты	1/50	2,44	2,30	17,76	101,35	20р.
	ИТОГО	1525	44,42	42,67	268,78	1511,36	170р.

Повар - Байракова

Байракова Ш. А. А.

Медсестра Байракова

Байракулова Ш. М.

Согласовано
Директор МБОУ
«СОШ № 4 с. Кызыл-Покун»
С.Х.-А. Узденов/

«Утверждаю»
Начальник лагеря

А.С.-Х. Тамбиева
А.С.-Х. Тамбиева/

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность (ккал)	цена
			белки	жиры	углеводы		
	завтрак						
	Макароны с сыром	1/170	6,12	12,67	0,18	160,7	20р.
	Какао с молоком	1/200	-	-	19,96	74,8	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Кондитерское изделие	1/75	4,88	4,60	35,42	202,70	23р.
	Обед						
	Суп картофельный с горохом	1/250	5,85	5,41	18,90	152,50	22р.
	Плов из говядины	1/125	8	16,85	26,76	290,73	38р.
*	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	1,02	6,15	4,52	76,54	15р.
	Чай с лимоном	1/200	0,09	0,01	20,06	79,1	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1,60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Фрукты	1/150	0,7	0,7	18,2	83,4	20р.
	ИТОГО	1510	42,96	50,79	261,3	1674,87	170р.

Повар - Точаев

Бамурова Ш.Н.

Медсестра Байб

Байрамунова Ш.М.

8-ой день

Согласовано
Директор МКОУ
«СОШ № 4 г. Кызыл-Покун»
С.Х.-А. Узденов/

«Утверждаю»
Начальник лагеря

А.С.-Х. Тамбиева/

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность (ккал)	цена
			белки	жиры	углеводы		
	завтрак						
	Каша манная	1/170	4,93	7,42	34,8	217,2	15р.
	Сливочное масло	1/10	0,10	16,5	0,16	149,620	5р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Чай с сахаром	1/200	0,1	-	15,6	60,0	10р.
	Булочка сдобная	1/50	4,72	7,14	37,04	231,38	15р.
	Обед						
	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,36	2,04	16,84	95,11	15р.
	Картофельное пюре	1/100	2/20	3,43	14,72	98,58	12р.
	Котлеты из говядины	50/30	8,97	8,25	10,12	150,59	38р.
	Компот из сухофруктов	1/200	0,2	-	23,7	8,5	10р.
	Салат из свежей капусты	1/100	1,71	4,56	9,27	84,96	18р.
	Хлеб пшеничный	1,60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1/150	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Фрукты	1/150	0,7	0,7	18,2	83,4	20р.
	ИТОГО	1551	48,64	60,25	298,1	188,67	170р.

Повар - Баженов

Медсестра Баженов

Бакурова Г.А.А.

Байрамулова Г.М.

Согласовано
Директор МБОУ
«СОШ №40 Кызыл-Покун»
С.Х.-А. Узденов/

«Утверждаю»
Начальник лагеря

А.С.-Х. Тамбиева/

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность (ккал)	цена
			белки	жиры	углеводы		
	завтрак						
	Суп молочный рисом	1/250	6,98	12,98	57,74	372,85	20р.
	Чай с сахаром	1/200	-	—	14,97	5,94	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Кондитерское изделие	1/75	-	-	-	-	15р.
	Обед						
	Борщ	1/250	2,07	5,13	13,40	113,84	25р.
	Рыба тушеная с макаронами	80/150	2002	8,5	21,97	248,42	45р.
	Чай с сахаром	1/200	-	-	14,97	5,94	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Хлеб ржаной	1,60	0,2	0,6	26,7	113,4	3р.
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	1,02	6,15	4,52	76,54	15р.
	Печенье	1/50	2,44	2,30	17,76	101,35	15р.
	ИТОГО	1525	44,42	42,67	268,78	1511,36	170р.

Повар - Толмачев

Бакурова А.А.

Медсестра Бабич

Байрамулова С.М.

10-ый день



Согласовано
Директор МБОУ
«СОШ №4с. Кызыл-Покун»
С.Х-А.Узденов/

«Утверждаю»
Начальник лагеря

А.С-Х.Тамбиева /А.С-Х.Тамбиева/

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность (ккал)	цена
			белки	жиры	углеводы		
	завтрак						
	Суп молочный с макаронными изделиями	1/250	9,84	4,65	43,94	193,76	25р.
	Кисель	1/200	-	-	14,97	5,94	10р.
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	0,6	26,7	113,4	3р.
	Хлеб ржаной	1/60	4,65	1,60	31,95	163,8	3р.
	Пирожки с картошкой	1/50	2,36	3,57	18,52	115,69	15р.
	Обед						
	Суп картофельный с пшеном	15/200	5,42	5,37	13,86	125,48	15р.
	Котлеты куриные	60/30	9,26	11,48	10,55	182,63	38р.
	Гречка отварная	1/100	1,02	3,36	2,62	41,9	10р.
	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/100	4,65	6,15	4,52	76,54	15р.
	Хлеб пшеничный	1/60	3,5	1,60	31,95	163,8	3р.
	Хлеб ржаной	1,60	0,2	0,6	26,7	113,4	3р.
	Компот из сухофруктов	1/200	-	-	23,7	85	10р.
	Фрукты	1/75	4,88	4,60	35,42	202,7	20р.
	ИТОГО	1521	55,95	49,33	285,75	1662,49	170р.

Товар - *Бухгалтер*
Медсестра *Бабич*

Болупова З.А.А.
Байрамова З.М.