

А. В. Пономарев

МБОУ СОШ № 4

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 4»

102660058037

РОССИЯ, Свердловская обл.
г. Екатеринбург
ул. Максима Горького, д.1
СОШ №4

5-11 КЛ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная с маслом	250	8,73	7,23	43,12	272,25	11/4	27,18
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром (1-й вариант)	75	10,88	15,83	16,24	246,67	90	22,93
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	10/10	1,83
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		565	22,45	23,54	82,74	628,34		
ОБЕД	Овощи натуральные (помидоры)	100	0,60	0,20	4,20	19,9	106	30,00
ОБЕД	Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,10	3,95	9,02	81,2	6/2	31,64
ОБЕД	Макаронные изделия отварные	180	6,44	4,36	1,33	240,17	43/3	17,62
ОБЕД	Гуляш из мяса	100	9,99	36,55	4,94	388,89	11/8	70,89
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	2,88
ОБЕД	Компот из яблок и изюма	200	0,16	0,04	18,66	71,94	02.окт	11,07
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		920	25,73	45,98	76,11	989,2		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1485	48,18	69,52	158,85	1617,54		222,68

Согласовано
Начальник лагеря МБОУ СОШ № 4



Утверждаю
Директор ОО "Общественное Питание"



Меню приготавливаемых блюд пришкольного лагеря 2026г

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250	8,08	6,83	58,58	327,63	7/4	25,04
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ЗАВТРАК	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105	15,78
ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131	111	2,88
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	1,66	1,24	12,42	66,82	12/10	5,43
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		550	16,18	18,25	110,14	669,85		
ОБЕД	Овощи натуральные (огурцы)	100	0,80	0,10	2,50	14	106	27,00
ОБЕД	Рассольник ленинградский	250	4,85	5,48	16,92	134,15	134	31,82
ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,40	5,48	30,30	188,64	3/3	40,11
ОБЕД	Суфле из рыбы	120	20,72	5,62	4,74	152,99	14/7	87,55
ОБЕД	Напиток с витаминами, кальцием и магнием "Валетек"	200	0,00	0,00	0,00	0	618	8,00
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	2,88
ОБЕД	Сок мультифрукт	200	6,66	0,00	22,46	90,66	3	29,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		1160	43,87	17,56	114,88	767,54		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1710	60,05	35,81	225,02	1437,39		282,13

Согласовано
Начальник лагеря лагеря МБОУ СОШ № 4



Утверждаю
Директор ОО "Общественное Питание"



Меню приготавливаемых блюд пришкольного лагеря 2026г

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	250	10,50	7,85	28,28	295,97	165	17,16
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	4,12	3,24	25,26	144,26	14/10	10,50
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	50	2,30	15,62	12,50	194,9	94	15,78
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ЗАВТРАК	Плоды свежие (яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,5	112	30,45
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		690	20,16	27,79	94,10	775,23		
ОБЕД	Салат из капусты белокачаный	100	2,52	10,14	10,38	143,87	1	19,27
ОБЕД	Борщ со сметаной	250	2,40	6,47	11,80	115,87	2/2	24,80
ОБЕД	Каша рисовая рассыпчатая	200	5,02	4,00	52,38	265,52	45/3	24,50
ОБЕД	Биточки (котлеты) из мяса кур	100	18,90	19,31	16,65	315,95	5/9	50,37
ОБЕД	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,48	0,20	26,14	107,1	510	18,44
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	2,88
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		940	35,76	41,00	155,31	1135,41		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1630	55,92	68,79	249,41	1910,64		220,79

Согласовано
Начальник лагеря МБОУ СОШ № 4



Утверждаю
Директор ОО "Общественное



Меню приготавливаемых блюд пришкольного лагеря 2026г

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Омлет запеченный или паровой	200	20,84	27,86	3,94	350,1	2/6	37,00
ЗАВТРАК	Горошек зеленый	30	0,95	0,98	1,98	20,49	1/1	10,20
ЗАВТРАК	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	105	13,58
ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131	111	2,88
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	10/10	1,83
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		530	28,43	39,02	55,08	685,81		
ОБЕД	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,74	10,08	2,33	102,92	14/1	17,10
ОБЕД	Суп-пюре из разных овощей	250	6,30	4,42	19,72	142,67	27/2	24,22
ОБЕД	Гренки (сухарики)	70	6,38	0,67	41,33	197,4	34/2	1,40
ОБЕД	Плов из мяса	280	18,20	41,78	53,42	662,98	4/8	81,64
ОБЕД	Компот из яблок с лимонами	200	0,26	0,20	25,06	101,68	509	18,44
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	2,88
ОБЕД	Сок яблочный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	3	29,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		1190	39,32	58,03	200,02	1479,19		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1720	67,75	97,05	255,10	2165		246,81

Согласовано
Начальник лагеря МБОУ СОШ № 4



Утверждаю
Директор ОО "Общественное Питание"



Меню приготавливаемых блюд пришкольного лагеря 2026г

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	200	33,18	20,40	26,02	417,1	9/5	88,03
ЗАВТРАК	Молоко сгущенное	50	3,60	4,25	27,75	164	481	5,68
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200	0,24	0,00	10,16	41,52	11/10	4,43
ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	2,98
ЗАВТРАК	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40 ужин	90	14,40	0,90	63,00	301,95	110	6,86
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		590	55,22	25,95	151,53	1042,07		
ОБЕД	Овощи натуральные (помидоры)	100	0,60	0,20	4,20	19,9	106	30
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (гороховый) с гренками	250	7,05	5,70	27,40	189,55	17/2	21,04
ОБЕД	Рагу из овощей	200	3,14	4,42	18,86	129,04	18/3	36,84
ОБЕД	Биточки (котлеты) мясные паровые	100	16,20	10,54	7,47	189,55	14/8	79,27
ОБЕД	Напиток из шиповника	200	0,24	0,10	18,34	73,2	15/10	9,3
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	2,88
ОБЕД	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40 ужин	90	14,40	0,90	63,00	301,95	110	6,04
ОБЕД	Плоды свежие (бананы)	185	2,78	0,92	38,85	177,6	112	36,7
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		1175	48,21	23,18	202,72	1198,29		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1765	103,43	49,13	354,25	2240,36		330,05

Согласовано

Начальник лагеря лагеря МБОУ СОШ № 4



Утверждаю

Директор ООО "Общественное Питание"



Меню приготавливаемых блюд пришкольного лагеря 2026г

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	250	8,53	9,13	37,70	266,73	8/4	16,29
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром (1-й вариант)	75	10,88	15,83	16,24	246,67	90	15,00
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,18	2,78	15,08	96,86	13/10	8,72
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		565	25,23	28,22	82,38	679,86		
ОБЕД	Овощи натуральные (огурцы)	100	0,80	0,10	2,50	14	106	27,00
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,48	1,70	16,53	91,4	18/2	19,39
ОБЕД	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	10,60	9,16	54,72	344,12	44/3	19,6
ОБЕД	Мясо кур отварное в соусе	100	13,51	14,59	2,25	193,54	2/9	60,76
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	2,88
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ОБЕД	Напиток с витаминами "Валетек Классные Витаминки"	200	0,00	0,00	0,00	0	619	8,0
ОБЕД	Сок вишневый	200	8,06	0,00	46,86	196,66	3	29,0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		1140	41,89	26,43	160,82	1026,82		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1705	67,12	54,65	243,20	1706,68		213,28

Согласовано
Начальник лагеря лагеря МБОУ СОШ № 4



Утверждаю
Директор ООО "Общественное Питание"



Меню приготавливаемых блюд пришкольного лагеря 2026г

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,66	4,78	30,50	187,56	5/4	14,6
ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131	111	2,88
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	1,66	1,24	12,42	66,82	12/10	5,43
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		490	13,71	7,95	81,98	454,98		
ОБЕД	Салат из свежих помидор с растительным маслом	100	0,55	10,17	3,85	108,14	15/1	17,1
ОБЕД	Суп картофельный с крупой	250	2,78	5,48	24,63	159,22	16/2	11,39
ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,40	5,48	30,30	188,64	3/3	40,11
ОБЕД	Суфле из рыбы	120	20,72	5,62	4,74	152,99	14/7	97,51
ОБЕД	Компот из яблок и изюма	200	0,16	0,04	18,66	71,94	2/10	18,44
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	2,88
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ОБЕД	Фрукты свежие (яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,5	112	30,45
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		1110	35,65	28,27	134,84	938,53		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1600	49,36	36,22	216,82	1393,51		247,43

Согласовано
Начальник лагеря лагеря МБОУ СОШ № 4



Утверждаю
Директор ОО "Общественное Питание"



Меню приготавливаемых блюд пришкольного лагеря 2026г

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	200	14,08	12,58	9,42	207,22	3/6	42,2
ЗАВТРАК	Сыр (порциями) 10	15	3,48	4,42	0,00	54,6	5/13	8,69
ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131	111	2,92
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	4,12	3,24	25,26	144,26	14/10	10,5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		505	28,07	22,17	73,74	606,68		
ОБЕД	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,74	10,08	2,33	102,92	14/1	25,96
ОБЕД	Борщ со сметаной	250	2,40	6,47	11,80	115,87	2/2	24,8
ОБЕД	Мясо кур отварное (порц., без кости)	100	25,16	25,40	0,25	329,67	1/9	60,76
ОБЕД	Макароны отварные с овощами	200	8,62	8,58	42,16	279	294	17,62
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	2,92
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ОБЕД	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	10/10	1,83
ОБЕД	Сок яблочный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	3	29,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		1140	44,56	51,41	124,72	1138,82		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1645	72,63	73,58	198,46	1745,5		233,84

Согласовано
Начальник лагеря лагеря МБОУ СОШ № 4



Утверждаю
Директор ООО "Общественное Питание"



Меню приготавливаемых блюд пришкольного лагеря 2026г

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Пудинг из творога	200	28,72	23,42	41,78	485,96	17/5	88,03
ЗАВТРАК	Молоко сгущенное	50	3,60	4,25	27,75	164	481	15,00
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	100	6,55	10,92	41,28	290,18	1/13	11,40
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200	0,24	0,00	10,16	41,52	11/10	4,43
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		590	41,75	39,07	134,33	1051,26		
ОБЕД	Салат из редиса с растительным маслом	100	1,10	10,08	3,12	108,23	18/1	17,10
ОБЕД	Суп из овощей со сметаной	250	2,05	7,75	11,38	124,27	14/2	24,22
ОБЕД	Мясо тушенное с овощами	250	22,03	24,15	27,20	414,45	3/8	139,65
ОБЕД	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	0,00	0	617	8,00
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	2,92
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ОБЕД	Плоды свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	112	33,10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		990	32,42	43,06	87,16	872,05		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1580	74,17	82,13	221,49	1923,31		350,49

Согласовано
Начальник лагеря лагеря МБОУ СОШ № 4



Утверждаю
Директор ОО "Общественное Питание"



Меню приготавливаемых блюд пришкольного лагеря 2026г

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	8,37	7,17	37,87	249,25	2/4	15,84
ЗАВТРАК	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,8	1/6	21,00
ЗАВТРАК	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,70	131	111	2,88
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	3,32
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,18	2,78	15,08	96,86	13/10	8,72
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		580	23,02	16,48	92,29	609,51		
ОБЕД	Овощи натуральные (огурцы)	100	0,80	0,10	2,50	14	106	27,00
ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	250	9,62	5,85	17,80	162,85	19/2	29,20
ОБЕД	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом с овощами	280	20,55	16,72	41,94	400,68	38/8	54,68
ОБЕД	Напиток из шиповника	200	0,24	0,10	18,34	73,2	15/10	9,30
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	108	3,32
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109	2,88
ОБЕД	Сок вишневый	200	8,06	0,00	46,86	196,66	3	29,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		1120	45,71	23,65	165,40	1034,49		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1700	68,73	40,13	257,69	1644		207,14