Контрольная работа №4 по теме «Решение составных задач. Нахождение

площади»

Вариант I

Согласовано: Утверждаю:

Начальник лагеря «Радуга» Директор

при Шовском филиале МБОУ СОШ с.Мокрое

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Холостова Т. В. \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.И.Ступина

**РЕЖИМ ДНЯ В ЛАГЕРЕ**

**8.30. - 9.00. Прием детей**

**9.00. – 9.10. Линейка**

**9.10. – 9.30. Зарядка**

**9.30. – 10.00. Завтрак**

**10.00. – 11.00. Работа по плану отряда, общественно-**

**полезный труд, работа кружков.**

**11.00. – 12.00. Час спортивных игр**

**12.00. – 13.00. Прогулка**

**13.00. – 13.30. Обед**

**13.30. – 14.20. Свободное время**

**14.20. – 14.30. Отъезд домой**

Согласовано: Утверждаю:

Начальник лагеря «Радуга» Директор

при Шовском филиале МБОУ СОШ с.Мокрое

\_\_\_\_\_\_\_\_\_Холостова Т. В. \_\_\_\_\_\_\_\_Л.И.Ступина

**Штатное расписание**

**сотрудников, работающих**

**в пришкольном оздоровительном лагере «Радуга»**

**при Шовском филиале МБОУ СОШ с. Мокрое, лето 2025 г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование/ должность | Количество единиц |
| 1. | Начальник лагеря | 1 |
| 2. | Воспитатели | 3 |
| 3. | Инструктор по физической культуре | 1 |
| 4. | Повар | 1 |
| 5. | Технический работник столовой | 1 |
| 6. | Уборщик служебных помещений | 1 |

**Список**

**сотрудников пришкольного оздоровительного лагеря «Радуга»**

**при Шовском филиале МБОУ СОШ с. Мокрое**

**на период летних каникул 2025 года.**

1. Начальник лагеря - Холостова Т. В.
2. Воспитатели: Лапшова Т. В.

Мусаева А. С.

Пронина Л. В.

3. Инструктор по физической культуре – Костина С. В.

4. Повар – Татаринова В.В.

5. Технический работник столовой – Яковлева О.А.

6. Уборщик служебных помещений – Корнева М.А.

Директор МБОУ СОШ с. Мокрое: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ступина Л. И.

Начальник лагеря: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Холостова Т. В.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Согласовано:      Начальник лагеря «Радуга  при Шовском филиале  МБОУ СОШ с. Мокрое  \_\_\_\_\_\_\_\_ Холостова Т. В.      \_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  |  |  |

**Примерное десятидневное меню**

для питания учащихся в оздоровительном лагере «Радуга»

при Шовском филиале МБОУ СОШ с.Мокрое

2025 года

**День первый**

Завтрак

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность, к/калории |
| с 7 до 10 лет | с 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Каша молочная гречневая | 200/5 | 200/5 | 9,0 | 11,0 | 50,0 | 330 |
| Кофейный напиток | 200 | 200 | 15,0 | 3,6 | 5,9 | 130 |
| Масло слив. порционно | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,2 | 73,4 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19 | 93,5 |
| Итого |  |  | 30,36 | 29,75 | 91,9 | 697,7 |

Обед

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, к/калории |
| с 7 до 11 лет | с 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Св. помидоры порц. | 80 | 100 | 1,0 | 4.9 | 5.0 | 70,1 |
| Суп полевой со сметан. | 250/10 | 250/10 | 3,1 | 18,3 | 21,1 | 251,2 |
| Жаркое по-домашнему | 250 | 280 | 29,0 | 23,9 | 26,8 | 227,25 |
| Компот из с/фруктов | 200 | 200 | 0,6 | - | 30,7 | 128 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 3,5 | 0,25 | 19,0 | 93,5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |
| Фрукты | 200 | 200 | 1,8 | 0,4 | 20,6 | 40,0 |
| Конд.изд. | 15 | 20 | 12,01 | 15,6 | 81,3 | 680 |
| Итого |  |  | 53,77 | 69,95 | 221,3 | 880,85 |
| Всего за день |  |  | 84,13 | 99,7 | 313,2 | 1578,55 |

**День второй**

Завтрак

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность, к/калории |
| с 7 до 10 лет | с 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Запеканка творожная со сметанным соусом | 150/10 | 200/10 | 12,3 | 15,7 | 19,5 | 289,0 |
| Сыр порционно | 20 | 20 | 3,66 | 5,4 | 0,36 | 66,4 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 200/15 | - | - | 15,0 | 61,3 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |
| Итого |  |  | 18,76 | 27,7 | 51,66 | 487,5 |

Обед

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, к/калории |  | |
| с 7 до 11 лет | с 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |  | |
| Свежие огурцы порц. | 80 | 100 | 1,0 | 1,5 | 5,0 | 70,1 |  | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 250/10 | 250/10 | 5,1 | 12,0 | 23,6 | 211,6 |  |  |
| Гуляш тушёный | 75 | 90 | 14,9 | 10,5 | 4,9 | 185,6 |  |  |
| Макароны отварные | 160 | 200 | 5,7 | 6,2 | 43 | 257 |  |  |
| Сок | 200 | 200 | 2.0 | - | 21.0 | 70,0 |  |  |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |  |  |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 3,5 | 0,25 | 19 | 93,5 |  |  |
| Конд.изд. | 15 | 20 | 12,01 | 15,6 | 81,3 | 680 |  |  |
| Фрукты | 200 | 200 | 1,8 | 0,4 | 20,6 | 40,0 |  |  |
| Итого |  |  | 41,67 | 58,8 | 210,83 | 1645,75 |  |  |
| Всего за день |  |  | 60,43 | 86,5 | 262,49 | 2133,25 |  |  |

**День третий**

Завтрак

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность, к/калории |
| с 7 до 10 лет | с 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Каша молочная манная | 200/10 | 200/10 | 9,0 | 11,0 | 50,0 | 330 |
| Яйцо вареное | 1шт. | 1шт. | 5,12 | 4,62 | 0,32 | 63 |
| Кофейный напиток | 200 | 200 | 15,0 | 3,6 | 5,9 | 130 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19 | 93,5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |
| Итого |  |  | 35,38 | 26,07 | 92,02 | 687,3 |

**Обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса**  **порции** | | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, к/калории** |  | |
| С 7 до 11 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |  | |
| Салат из свежей капусты | 80 | 100 | 1,4 | 5.1 | 8.9 | 88 |  | |
| Рассольник со сметаной | 250/10 | 250/10 | 2,0 | 7,3 | 21,0 | 194,3 |  |  |
| Гуляш тушёный | 75 | 90 | 14,9 | 10,5 | 4,9 | 185,6 |  |  |
| Рис отварной | 160 | 200 | 8,3 | 7,1 | 38,1 | 283 |  |  |
| Кисель | 200 | 200 | 0,4 | - | 44,8 | 126,3 |  |  |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,8 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |  |  |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 27,6 | 0,36 | 15,2 | 75 |  |  |
| Фрукты | 200 | 200 | 1,8 | 0,4 | 20,6 | 40,0 |  |  |
| Конд.изд. | 15 | 20 | 12,01 | 15,6 | 81,3 | 680 |  |  |
| Итого |  |  | 30,29 | 30,38 | 141,2 | 820,12 |  |  |
| Всего за день |  |  | 65,67 | 56,45 | 233,22 | 1507,42 |  |  |

**День четвертый**

Завтрак

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность, к/калории |
| с 7 до 10 лет | с 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Омлет | 150 | 200 | 4.8 | 5.05 | 2.25 | 68 |
| Масло слив. порционно | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,2 | 73,4 |
| Напиток лимонный | 200 | 200 | 0,1 | - | 24,2 | 93 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19 | 93,5 |
| Итого |  |  | 32,86 | 35,1 | 86,23 | 620,05 |

Обед

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, к/калории |
| с 7 до 11 лет | с 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Салат из свежих огурцов | 80 | 100 | 1,4 | 5,1 | 8,9 | 88 |
| Суп гороховый | 250 | 250 | 6,8 | 3,2 | 24,5 | 168,0 |
| Рыба запеченная | 70 | 90 | 4,3 | 10,2 | 5,02 | 150,3 |
| Картофельное пюре | 160 | 200 | 2,8 | 9,9 | 14,4 | 132,0 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 0,1 | - | 24,2 | 93 |
| Хлеб ржаной | 40,0 | 50,0 | 3,5 | 0,25 | 19,0 | 93,5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,8 | 0,36 | 15,2 | 75 |
| Фрукты | 200 | 200 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 130 |
| Итого |  |  | 24,6 | 25,01 | 145,52 | 1072,3 |
| Всего за день |  |  | 57,46 | 60,11 | 231,75 | 1605,35 |

**День пятый.**

Завтрак

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность, к/калории |
| С 7 до 10 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Макароны отварные с сыром | 150/20 | 200/20 | 9,36 | 11,6 | 43,36 | 323,4 |
| Масло слив порц. | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,2 | 73,4 |
| Чай с лимоном | 200/15/7 | 200/15/7 | 0,8 | 0,1 | 15,0 | 62,3 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19 | 93,5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |
| Итого |  |  | 16,52 | 26,85 | 94,36 | 623,4 |

Обед

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, к/калории | |  | |
| С 7 до 11 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  | |  | |
| Салат из св. помидор | 60 | 100 | 1,0 | 1,5 | 5,0 | 70,1 | |  | |
| Борщ со сметаной | 250/10 | 250/10 | 2,0 | 7,3 | 21 | 194,3 |  | |  |
| Котлета мясная | 80 | 100 | 17,83 | 13,02 | 44,2 | 352,32 |  | |  |
| Гречка отварная | 160 | 200 | 8,3 | 7,1 | 38,1 | 283 |  | |  |
| Сок | 200 | 200 | 2,0 | - | 21,0 | 70 |  | |  |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,8 | 0,36 | 15,2 | 75 |  | |  |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 3,5 | 0,36 | 19 | 93,5 |  | |  |
| Кондитерские изд. | 10 | 15 | 12,01 | 10,6 | 73,03 | 360 |  | |  |
| Итого |  |  | 40,11 | 44,31 | 189,93 | 1294,4 |  | |  |
| Всего за день |  |  | 56,63 | 71,16 | 284,19 | 1917,8 |  | |  |

**День шестой**

Завтрак

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность, к/калории |
| С 7 до 10 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Каша молочная пшенная | 200/5 | 200/5 | 9,0 | 11,0 | 50,0 | 330 |
| Сыр порц. | 20 | 20 | 3,66 | 5,4 | 0,36 | 66,4 |
| Какао | 200 | 200 | 15,0 | 3,6 | 5,9 | 130 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,8 | 0,36 | 15,2 | 75 |
| Итого |  |  | 15,46 | 16,76 | 80,56 | 687,3 |

Обед

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, к/калории |
| С 7 до 11 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Салат из св капусты | 60 | 100 | 1,4 | 5,1 | 8,9 | 88 |
| Суп с вермишелью | 250 | 250 | 6,8 | 3,2 | 24,5 | 168 |
| Тефтели говяжьи | 75 | 75 | 15,9 | 14,4 | 16,0 | 261 |
| Овощное рагу | 200 | 200 | 3,0 | 0,45 | 14,4 | 132 |
| Компот из с/фруктов | 200 | 200 | 0,6 | - | 37,92 | 128 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19,0 | 93,5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,8 | 0,36 | 15,2 | 75 |
| Фрукты | 200 | 200 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 130 |
| Итого |  |  | 45,81 | 33,06 | 206,55 | 1283,5 |
| Всего за день |  |  | 61,27 | 49,82 | 287,11 | 1816,2 |

**День седьмой**

Завтрак

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность, к/калории |
| С 7 до 10 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Каша манная молочная | 200/5 | 200/5 | 9 | 11 | 50 | 330 |
| Напиток лимонный | 200 | 200 | 0,1 | - | 24,2 | 93 |
| Масло сливочное порц. | 10 | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,2 | 76,4 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,8 | 0,36 | 15,2 | 75 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19,0 | 93,5 |
| Итого |  |  | 20,46 | 28,65 | 141,1 | 685,7 |

Обед

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, к/калории | |  | |
| С 7 до 11 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  | |  | |
| Св. помидоры порц. | 80 | 100 | 1,0 | 1,5 | 5,0 | 70,1 | |  | |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 250/10 | 250/10 | 5,1 | 12,0 | 23,6 | 211,6 | |  | |
| Картофельное пюре | 160 | 200 | 2,8 | 9,9 | 14,4 | 132,0 | |  | |
| Рыба запечённая | 70 | 90 | 4,3 | 10,2 | 5,02 | 150,3 |  | |  |
| Кисель | 200 | 200 | 0,4 | - | 44,8 | 126,3 | |  | |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19,0 | 93,5 | |  | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 | |  | |
| Фрукты | 200 | 200 | 1,8 | 0,4 | 20,6 | 40,0 | |  | |
| Итого |  |  | 32,66 | 33,75 | 145,9 | 934 | |  | |
| Всего за день |  |  | 49,82 | 57,6 | 270,0 | 1584 | |  | |

**День восьмой**

Завтрак

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность, к/калории |
| С 7 до 10 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Запеканка творожная со сметанным соусом | 150/10 | 200/10 | 12,3 | 15,7 | 19,5 | 289 |
| Яйцо вареное | 1шт. | 1шт. | 5,12 | 4,62 | 0,32 | 63 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 200/15 | - | - | 10,0 | 61,3 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,8 | 0,36 | 15,2 | 75 |
| Итого |  |  | 20,18 | 26,92 | 51,62 | 484,1 |

Обед

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, к/калории |
| С 7 до 11 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Св.огурцы порц. | 80 | 100 | 1,0 | 4,9 | 5,0 | 70,1 |
| Суп картофельный со сметаной | 250/10 | 250/10 | 2,8 | 3,0 | 20,5 | 121 |
| Гуляш тушёный | 75 | 90 | 14,9 | 10,5 | 4,9 | 185,6 |
| Макароны отварные | 160 | 200 | 5,7 | 6,2 | 43 | 257 |
| Сок | 200 | 200 | 2,0 | - | 21 | 70 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19,0 | 93,5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |
| Кондитерские изд. | 15 | 20 | 12,01 | 10,6 | 73,3 | 360 |
| Итого |  |  | 43,06 | 65,55 | 172,5 | 1237,0 |
| Всего за день |  |  | 63,24 | 92,47 | 224,12 | 1721,0 |

**День девятый**

Завтрак

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность, к/калории |
| С 7 до 10 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Каша рисовая молочная | 200/5 | 200/5 | 9,0 | 11,0 | 50,0 | 330 |
| Сыр порц. | 20 | 20 | 3,66 | 5,4 | 0,36 | 66,4 |
| Кофейный напиток | 200 | 200 | 15,0 | 3,6 | 5,9 | 130 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |
| Итого |  |  | 30,42 | 26,6 | 73,06 | 597,2 |

Обед

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, к/калории | |  | |
| С 7 до 11 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  | |  | |
| Салат из св.капусты с морковью | 80 | 100 | 1,4 | 5,1 | 8,9 | 88 | |  | |
| Суп рассольник со сметаной | 250/10 | 250/10 | 2,0 | 7,3 | 21,0 | 194,3 | |  | |
| Жаркое по домашнему | 250 | 280 | 29.0 | 23,9 | 26,8 | 257 |  | |  |
| Компот из с/фруктов | 200 | 200 | 0,6 | - | 37,92 | 128,0 | |  | |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19,0 | 93,5 | |  | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |  | |  |
| Фрукты | 200 | 200 | 1,8 | 0,4 | 20,6 | 40,0 | |  | |
| Итого |  |  | 50,66 | 60,2 | 144,93 | 1064,35 | |  | |
| Всего за день |  |  | 80,78 | 86,8 | 217,99 | 1661,55 | |  | |

**День десятый**

Завтрак

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность, к/калории |
| С 7 до 10 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  |
| Каша геркулесовая молочная | 150 | 200 | 8,3 | 7,1 | 38,1 | 283 |
| Какао | 200 | 200 | 15,0 | 3,6 | 5,9 | 130 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19,0 | 93,5 |
| Итого |  |  | 41,15 | 34,85 | 30,35 | 693,1 |

Обед

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса  порции | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, к/калории | |  | |
| С 7 до 11 лет | С 11 лет и старше | Белки | Жиры | Углеводы |  | |  | |
| Салат из св. помидор | 80 | 100 | 1,0 | 1,5 | 5,0 | 70,1 | |  | |
| Борщ со сметаной | 250/10 | 250/10 | 2,0 | 7,3 | 21 | 194,3 | |  | |
| Котлета мясная | 80 | 100 | 17,83 | 13,02 | 44,2 | 352,32 |  | |  |
| Рис отварной | 200 | 200 | 8,3 | 7,1 | 38,1 | 283 |  | |  |
| Кисель | 200 | 200 | 0,4 | - | 44,8 | 126,3 | |  | |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 3,5 | 0,25 | 19,0 | 93,5 | |  | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,76 | 6,6 | 16,8 | 70,8 |  | |  |
| Кондитерские изд. | 15 | 25 | 12,01 | 15,6 | 81,3 | 680 | |  | |
| Итого |  |  | 53,17 | 63,75 | 190,9 | 1631,65 | |  | |
| Всего за день |  |  | 79,5 | 95,0 | 236,25 | 2132,45 | |  | |
| Всего за 10 дней |  |  | 600,62 | 626,01 | 2527,52 | 18321,12 | |  | |

**Список детей**

**пришкольного оздоровительного лагеря «Радуга»**

**при Шовском филиале МБОУ СОШ с. Мокрое**

**по физкультурным группам**

**/лето - 2025/**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия, имя, отчество ребенка | Дата рождения | Физкультурная группа |
| 1 | Аксёнова Екатерина Сергеевна | 12.10.2012 | основная |
| 2 | Белозор Варвара Сергеевна | 12.11.2012 | основная |
| 3 | Волосатов Матвей Станиславович | 07.11.2014 | основная |
| 4 | Воронов Иван Дмитриевич | 16.08.2014 | основная |
| 5 | Гриднев Ярослав Олегович | 17.07.2012 | основная |
| 6 | Калугин Артём Николаевич | 24.12.2014 | основная |
| 7 | Калугина Ангелина Николаевна | 07.08.2016 | основная |
| 8 | Колобовников Арсений Алексеевич | 23.04.2015 | основная |
| 9 | Колобовников Кирилл Сергеевич | 23.01.2014 | основная |
| 10 | Колобовников Ярослав Сергеевич | 23.03.2016 | основная |
| 11 | Коробова Вероника Сергеевна | 25.03.2016 | основная |
| 12 | Кретов Михаил Сергеевич | 16.06.2015 | основная |
| 13 | Кретов Кирилл Сергеевич | 23.09.2017 | основная |
| 14 | Луценко Лейла Илхамовна | 17.09.2013 | основная |
| 15 | Мальнева Валерия Геннадьевна | 17.12.2013 | основная |
| 16 | Никитенко Никита Сергеевич | 11.01.2016 | подготовительная |
| 17 | Османова Дяниз Лятиф кызы | 23.09.2015 | основная |
| 18 | Пронина Дарья Александровна | 24.08.2013 | основная |
| 19 | Салаев Теймур Шахин оглы | 05.05.2014 | основная |
| 20 | Селезнёва Ангелина Алексеевна | 11.04.2014 | основная |
| 21 | Смердов Виталий Антонович | 22.06.2014 | основная |
| 22 | Смердов Павел Антонович | 02.05.2017 | основная |
| 23 | Соломатина Варвара Николаевна | 24.12.2015 | основная |
| 24 | Строков Артём Алексеевич | 24.04.2013 | основная |
| 25 | Татаринова Алиса Дмитриевна | 23.08.2016 | основная |
| 26 | Татаринова Вячеслав Дмитриевич | 16.09.2014 | основная |
| 27 | Татаринова Лиза Дмитриевна | 14.03.2013 | основная |
| 28 | Тимченко Константин Игоревич | 21.11.2012 | основная |
| 29 | Тяпкина Виктория Борисовна | 18.04.2016 | основная |
| 30 | Чеснокова Степанида Адреевна | 09.03.2012 | основная |
| 31 | Щёголев Георгий Марленович | 15.09.2014 | основная |

Фельдшер Шовского ФАПа \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Р.Е.Берестнева/

**Список детей**

**пришкольного оздоровительного лагеря «Радуга»**

**при Шовском филиале МБОУ СОШ с. Мокрое**

**по медицинским группам**

**/лето - 2025/**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия, имя, отчество ребенка | Дата рождения | Медицинская группа |
| 1 | Аксёнова Екатерина Сергеевна | 12.10.2012 | I |
| 2 | Белозор Варвара Сергеевна | 12.11.2012 | I |
| 3 | Волосатов Матвей Станиславович | 07.11.2014 | II |
| 4 | Воронов Иван Дмитриевич | 16.08.2014 | I |
| 5 | Гриднев Ярослав Олегович | 17.07.2012 | I |
| 6 | Калугин Артём Николаевич | 24.12.2014 | I |
| 7 | Калугина Ангелина Николаевна | 07.08.2016 | I |
| 8 | Колобовников Арсений Алексеевич | 23.04.2015 | I |
| 9 | Колобовников Кирилл Сергеевич | 23.01.2014 | I |
| 10 | Колобовников Ярослав Сергеевич | 23.03.2016 | I |
| 11 | Коробова Вероника Сергеевна | 25.03.2016 | I |
| 12 | Кретов Михаил Сергеевич | 16.06.2015 | I |
| 13 | Кретов Кирилл Сергеевич | 23.09.2017 | II |
| 14 | Луценко Лейла Илхамовна | 17.09.2013 | I |
| 15 | Мальнева Валерия Геннадьевна | 17.12.2013 | I |
| 16 | Никитенко Никита Сергеевич | 11.01.2016 | I |
| 17 | Османова Дяниз Лятиф кызы | 23.09.2015 | I |
| 18 | Пронина Дарья Александровна | 24.08.2013 | I |
| 19 | Салаев Теймур Шахин оглы | 05.05.2014 | I |
| 20 | Селезнёва Ангелина Алексеевна | 11.04.2014 | I |
| 21 | Смердов Виталий Антонович | 22.06.2014 | I |
| 22 | Смердов Павел Антонович | 02.05.2017 | II |
| 23 | Соломатина Варвара Николаевна | 24.12.2015 | I |
| 24 | Строков Артём Алексеевич | 24.04.2013 | I |
| 25 | Татаринова Алиса Дмитриевна | 23.08.2016 | I |
| 26 | Татаринова Вячеслав Дмитриевич | 16.09.2014 | I |
| 27 | Татаринова Лиза Дмитриевна | 14.03.2013 | I |
| 28 | Тимченко Константин Игоревич | 21.11.2012 | I |
| 29 | Тяпкина Виктория Борисовна | 18.04.2016 | I |
| 30 | Чеснокова Степанида Адреевна | 09.03.2012 | I |
| 31 | Щёголев Георгий Марленович | 15.09.2014 | I |

Фельдшер Шовского ФАПа \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Р.Е.Берестнева