


 Утверждаю
 Директор МБОУ «Лицей № 56»
 Н.В. Иванова
 Начальник лагеря
 А.В. Максимова

С 28.10.2019г по 01.11.2019г в МБОУ «Лицей «56» будет функционировать
 оздоровительный лагерь «Солнечный круг» с дневным пребыванием детей.
 В оздоровительный лагерь приглашаются обучающиеся 1- 4 классов.

ПЛАН РАБОТЫ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ
С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ «Солнечный круг»
 при МБОУ « Лицей № 56 » с 28.10.2019 по 01.11.2019 года

№	МЕРОПРИЯТИЯ	ДАТА	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
1	Инструктаж ПО ТБ И ПРАВИЛАМ ПРЕБЫВАНИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ. Знакомство С РЕЖИМОМ ДНЯ И ПИТАНИЯ, ПЛАНОМ РАБОТЫ ОЛ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ «Солнечный круг» Инструктаж по ТБ и правилам пребывания, правилам поведения на утренней зарядке ,в столовой , на внутренних мероприятиях , ПДД для детей. Режим работы лагеря. Оформление отрядных комнат и уголков, открытие лагеря: Концерт. Тренинг «Давайте знакомиться»	28.10.2019	Начальник лагеря Воспитатели отрядов. Психолого-диагностический центр
2	Спортивные эстафеты: «Быстрее, Выше, Сильнее!» Практикум по оказанию первой доврачебной помощи. Беседа «Мы за здоровый образ жизни!» (Профилактика вредных привычек).	29.10.2019	Начальник лагеря Воспитатели отрядов

	Разучивание туристских песен.		
3	<u>«День музыки и кино»</u> 1. Кто куда, а мы в кино! (просмотр мультфильмов). 2. 2. «Любимые песни из кинофильмов мультфильмов» игра-викторина. 3. 3. Минутки здоровья «Солнце, Воздух, и Вода наши лучшие друзья» 4. Занятие с психологом.	30.10.2019	Начальник лагеря Воспитатели отрядов
4	<u>« День России»</u> 1. Праздник «Без березки не мыслю России».Конкурс рисунков 2. Игра –викторина «Я люблю тебя, Россия!». Русские народные игры. 3. Минутки здоровья «Первая помощь при укусах насекомых» Занятие с психологом.	30.10.2019	Начальник лагеря Воспитатели отрядов
5	Подведение итогов работы смены. Музыкальная программа «Огонёк».	01.11.2019	Начальник лагеря Воспитатели отрядов

С 28.10.2019г по 01.11.2019г в МБОУ «Лицей «56» будет функционировать оздоровительный лагерь «Солнечный круг» с дневным пребыванием детей. В оздоровительный лагерь приглашаются обучающиеся 1-4 классов.

Время	Мероприятие
8.30-8.50	Сбор детей
8.50-9.00	Зарядка
9.00-10.00	Завтрак
10.00-12.00	Работа по плану отрядов, работа кружков и секций
12.00-13.00	Прогулка на свежем воздухе
13.00-14.00	Обед
14.00	Уход домой

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Лицей № 56»

344068 г. Ростов-на-Дону
ул. Ларина 24 «А»
ОКПО 44855501, ОГРН
10260102908040, ИНН/КПП 6165044184
/ 616101001

Тел. (8632) 245-56-96
Тел. (факс) 245-39-93
E-mail: licey56@list.ru

Математическая профильная смена в рамках муниципального проекта
«Математическая вертикаль»

План работы с 28.10.2019 по 01.11.2019

День	Тема занятия	Ответственный
28.10	Правила математических боёв. Практическое занятие	Алексееenko И.Е. – учитель математики, высшей категории
29.10	Деление чисел. Практическое занятие	Уланова С.А. – учитель математики, высшей категории
30.10	Арифметика остатков. Практическое занятие	Алексееenko И.Е. – учитель математики, высшей категории
31.10	Чётность. Практическое занятие	Басиева Ф.А. – учитель математики, высшей категории
01.11	Презентация команд. Математические бои	Алексееenko И.Е. – учитель математики, высшей категории Уланова С.А. – учитель математики, высшей категории

В математическую профильную смену принимаются обучающиеся 5-9 классов, команды по 5 человек из «М» классов. Смена проводится с 28.10.2019г. по 01.11.2019г. с 9.00 до 14.00 в соответствии со следующим режимом работы

Время	Мероприятие
9.00-9.30	Завтрак
10.00-11.00	Теоретическое занятие
11.00-12.00	Практическое занятие
12.00-12.30	Рефлексия
13.00-14.00	Обед

Занятия и питание лицеистов организованы на бюджетной основе.

Примерное пятидневное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием
на базе муниципальных образовательных учреждений Ворошиловского района
в период осенних каникул 2019 года

Наименование блюдов	№ сбор. рец.	Выход, г	Энергетич. ценность, ккал	Белки	Жиры	Угле- воды	Цена
------------------------	--------------------	-------------	---------------------------------	-------	------	---------------	------

1-ый день

Завтрак

Котлета. руб. из филе /индейки/	№498сб.2004г.	80	238,8	20,0	11,46	13,14	
Макароны отварные	№516сб 2004 г.	130	143	4,55	5,33	30,55	
Овощи свеж.	табл.24 сб.1994г	50	32,5	1,5	1,54	3,165	
Булка хлебная	ТУ9115-001- 12123357-2006	50	152	4,3	2,6	27,2	
Чай с лимоном	№685.684 сб. 2004 г.	200/7	60	0,3	0,0	15,2	

Обед

Суп картофельный с рисом с птицей / филе индейки/	№138 сб.2004г.	250/20	150,4	6,2	8,9	14,46	
Бефстроганов	№423 сб.2002г.	50/50	203	17,4	12,3	5,2	
Картофельное пюре	№520 сб.2004г.	130	163,8	2,73	7,15	18,85	
Овощи свежие	табл.24 сб.1994г	50	32,5	1,5	1,54	3,165	
Булка хлебная	ТУ9115-001-12123357- 2006	50	152	4,3	2,6	27,2	
Сок фруктовый	№139сб.2004г.	200	88	1	-	21,2	
Фрукты свежие	Таб.24сб. 1994 г.	240	80	0,6	0	17,2	

264-35

2-ой день

Завтрак

Каша манная молочная	№311сб.2004г.	200/10/1 0	254	5,96	11,8	31,02	
Шницель руб. /говядина/	№451сб.2004г.	80	208,8	12,72	11,52	12,8	
Каша гречневая	№508сб. 2004 г.	130	108,2	3,9	5,85	19,37	
Овощи свежие	табл.24 сб.1994г	50	59,5	0,95	4,45	3,85	
Булка хлебная	ТУ9115-001- 12123357-2006	50	152	4,3	2,6	27,2	
Чай с лимоном	№685.684 сб. 2004 г.	200/7	60	0,3	0,0	15,2	
Фрукты свежие	табл.24 сб.1994г	160	148,8	2,64	0	35,28	

Обед

Борщ с капустой и картофелем с птицей /филе индейки/	№110 Сб.2004г.	250/20	127,4	5,3	7,1	10,46	
Котлеты из птицы / филе индейки/ панированные жаренные	№ 496сб.2004г.	80/5	262,4	19,04	19,04	0,64	
Рис отварной	№511сб 2004 г.	130	183,6	2,7	6,76	26,8	
Овощи свежие	табл.24 сб.1994г	50	59,5	0,95	4,45	3,85	
Булка хлебная	ТУ9115-001-12123357-2006	50	152	4,3	2,6	27,2	
Сок фруктовый	№139сб.2004г.	200	88	1	-	21,2	
Фрукты свежие	табл.24 сб.1994г	290	148,8	2,64	0	35,28	

264-35**3-ий день****Завтрак**

Запеканка из творога	№366 сб. 2004 г	75/30	239	15,0	13,3	13,7	
Биточки руб. из филе /индейки/	№498сб.2004г.	80	238,8	20,0	11,46	13,14	
Макароны отварные	№516сб 2004 г.	130	143	4,55	5,33	30,55	
Овощи свежие	табл.24 сб.1994г	50	7	0,4	0,05	1,3	
Булка хлебная	ТУ9115-001-12123357-2006	50	152	4,3	2,6	27,2	
Чай с лимоном	№685.684 сб. 2004 г.	200/7	60	0,3	0,0	15,2	

Обед

Суп картофельный с горохом с птицей / филе индейки/	№139 сб.2004г.	250/20	201,4	9,8	7,6	22,46	
Эскалоп / свинина/	№ 379 сб.1994г.	85	340,85	18,02	27,88	4,42	
Картофель жареный	№522 сб. 2004 г.	130	267,8	3,77	14,69	28,73	
Овощи свежие.	табл.24 сб.1994г	50	7	0,4	0,05	1,3	
Булка хлебная	ТУ9115-001-12123357-2006	50	152	4,3	2,6	27,2	
Компот из сух. фруктов	№639сб.2004г.	200	124	0,6	0	31,4	
Фрукты свежие	табл.24 сб.1994г	240	80	1,8	0,4	17,2	

264-35**4-ый день****Завтрак**

Каша рисовая молоч	№311 сб2004	200/10/10	172	2,2	8,2	21,0	
Тефтели из говядины с соусом томатным	№462сб.2004г.	80/40	308,4	16, 56	19,68	15,72	
Каша гречневая	№508сб. 2004 г.	130	108,2	3,9	5,85	19,37	
Овощи свежие	табл.24 сб.1994г	50	38,5	1,18	1,5	5,03	
Булка хлебная	ТУ9115-001-12123357-2006	50	152	4,3	2,6	27,2	
Чай с лимоном	№685.684 сб. 2004 г.	200/7	60	0,3	0,0	15,2	
Фрукты свежие	табл.24 сб.1994г	240	80	1,8	0,4	17,2	

Обед

Суп картофельный с вермишелью с птицей / филе индейки/	№140 сб.2004г.	250/20	154,4	6,5	4,5	21,16	
Котлеты из птицы / филе индейки/ панированные жаренные	№ 496сб.2004г.	80/5	262,4	19,04	19,04	0,64	
Картофельное пюре	№520 сб.2004г.	130	163,8	2,73	7,15	18,85	
Овощи свежие	табл.24 сб.1994г	50	38,5	1,18	1,5	5,03	
Булка хлебная	ТУ9115-001-12123357-2006	50	152	4,3	2,6	27,2	
Сок фруктовый	№139сб.2004г.	200	88	1	-	21,2	
Фрукты свежие	табл.24 сб.1994г	145	64,6	1,33	0	14,44	

264-35**5-ый день****Завтрак**

Плов из птицы / филе индейки/	№ 492сб.2004г.	80/100	329,4	15,3	14,4	32,76	
Овощи свежие	табл.24 сб.1994г	50	59,5	1,15	3,4	5,85	
Булка хлебная	ТУ9115-001-12123357-2006	50	152	4,3	2,6	27,2	
Чай с лимоном	№685.684 сб. 2004 г.	200/7	60	0,3	0,0	15,2	
Пудинг из творога	№ 362 2004 г.	100/50	240	13,7	10,9	21,2	

Обед

Борщ с капустой и картофелем с птицей /филе индейки/	№110 Сб.2004г.	250/20	127,4	5,3	7,1	10,46	
Котлета руб. /говядина/	№451сб.2004г.	80	208,8	12,72	11,52	12,8	
Картофель жареный	№522 сб.2004г.	130	265,2	3,77	13,65	30,68	
Овощи свежие	табл.24 сб.1994г	50	59,5	1,15	3,4	5,85	
Булка хлебная	ТУ9115-001-12123357-2006	50	152	4,3	2,6	27,2	
Сок фруктовый	№639сб.2004г.	200	124	0,6	0	31,4	
Фрукты свежие	табл.24 сб.1994г	290	80	1,8	0,4	17,2	

264-35**Примечание:**

1. Данное меню было составлено с учетом основных принципов организации рационального питания учащихся, которое предусматривает поступление питательных веществ и энергии в количествах, соответствующих их физиологическим потребностям.

2. Выдержано оптимальное соотношение пищевых веществ (белков, жиров, углеводов).

3. В питании детей используются сезонные овощи.

Использована литература:

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004г.

2. ТУ 9115-001-12123357-2006г.

3. Сборник рецептур 1994г.