



Утверждено:

ИП Проскурина С.В.

Проскурина С.В.

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 38 г.Шахты

Куракова И.А.

печать, подпись, расшифровка



## Ежедневное меню

для питания детей в возрасте 7-11 лет в оздоровительном учреждении  
с дневным пребыванием на базе МБОУ СОШ №38  
в период летней оздоровительной кампании 2025 года

день: одиннадцатый

дата: 21.06.2025г.

| Пищевая ценность |       |        |         | Наименование блюда                            | Масса порции (г) |
|------------------|-------|--------|---------|-----------------------------------------------|------------------|
| б                | ж     | у      | ккал    |                                               |                  |
| Завтрак          |       |        |         |                                               |                  |
| 13,46            | 20,62 | 3,36   | 252,91  | Омлет натуральный ( с маслом) 150/5           | 155              |
| 0,42             | 0,06  | 1,14   | 7,2     | Овощи натуральные свежие (огурцы)             | 60               |
| 2,37             | 0,30  | 14,49  | 64,08   | Хлеб пшеничный                                | 30               |
| 3,16             | 2,68  | 15,94  | 100,6   | Кофейный напиток с молоком                    | 200              |
| 4,72             | 2,83  | 3,17   | 56,89   | Йогурт (в потребительской упаковке)           | 100              |
| 24,13            | 26,49 | 38,10  | 481,68  | Итого за прием пищи                           | 545              |
| Обед             |       |        |         |                                               |                  |
| 1,64             | 4,31  | 8,72   | 80,28   | Икра кабачковая                               | 60               |
| 5,66             | 4,50  | 9,88   | 100,22  | Суп- лапша домашняя на курином бульоне 185/15 | 200              |
| 11,39            | 7,88  | 3,43   | 143,1   | Печень, тушенная в соусе                      | 90               |
| 6,32             | 4,50  | 38,85  | 221,25  | Каша рассыпчатая пшеничная                    | 150              |
| 0,32             | 0,00  | 39,40  | 160     | Кисель из сока плодового ( с витамином С)     | 200              |
| 2,37             | 0,30  | 14,49  | 64,08   | Хлеб пшеничный                                | 30               |
| 1,32             | 0,24  | 6,68   | 34,8    | Хлеб ржано-пшеничный                          | 20               |
| 29,02            | 21,73 | 121,45 | 803,73  | Итого за прием пищи                           | 750              |
| 53,15            | 48,22 | 159,55 | 1285,41 | Итого за день:                                | 1295             |
|                  |       |        |         | Стоимость питания в день, руб.                | 262,71           |

Начальник лагеря

Повар

Медицинский работник

Кордюкова Н.С.

(расшифровка подписи)

Проскурина С.В.

(расшифровка подписи)

Болдарь В.В.

(расшифровка подписи)



Утверждено:

И.П. Проскурина С.В.

Проскурина С.В.

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №38 г.Шахты

Изракова И.А.

печать, подпись, расшифровка



## Ежедневное меню

для питания детей в возрасте 12 лет и старше в оздоровительном учреждении  
с дневным пребыванием на базе МБОУ СОШ №38  
в период летней оздоровительной кампании 2025 года

день: одиннадцатый

дата: 21.06.2025г.

| Пищевая ценность |       |        |         | Наименование блюда                            | Масса порции (г) |
|------------------|-------|--------|---------|-----------------------------------------------|------------------|
| б                | ж     | у      | ккал    |                                               |                  |
| Завтрак          |       |        |         |                                               |                  |
| 17,25            | 26,40 | 4,31   | 324,04  | Омлет натуральный (с маслом) 200/5            | 205              |
| 0,42             | 0,06  | 1,14   | 7,2     | Овощи натуральные свежие (огурцы)             | 100              |
| 2,37             | 0,30  | 14,49  | 64,08   | Хлеб пшеничный                                | 30               |
| 3,16             | 2,68  | 15,94  | 100,6   | Кофейный напиток с молоком                    | 200              |
| 4,72             | 2,83  | 3,17   | 56,89   | Йогурт (в потребительской упаковке)           | 100              |
| 27,92            | 32,27 | 39,05  | 552,81  | Итого за прием пищи                           | 635              |
| Обед             |       |        |         |                                               |                  |
| 2,73             | 7,18  | 14,53  | 100,35  | Икра кабачковая                               | 100              |
| 7,08             | 5,63  | 12,35  | 125,28  | Суп- лапша домашняя на курином бульоне 235/15 | 250              |
| 12,65            | 8,75  | 3,80   | 159     | Печень, тушенная в соусе                      | 100              |
| 7,58             | 5,40  | 46,62  | 265,5   | Каша рассыпчатая пшеничная                    | 180              |
| 0,32             | 0,00  | 39,40  | 160     | Кисель из сока плодового ( с витамином С)     | 200              |
| 2,37             | 0,30  | 14,49  | 64,08   | Хлеб пшеничный                                | 30               |
| 1,32             | 0,24  | 6,68   | 34,8    | Хлеб ржано-пшеничный                          | 20               |
| 34,05            | 27,50 | 137,87 | 909,01  | Итого за прием пищи                           | 880              |
| 61,97            | 59,77 | 176,92 | 1461,82 | Итого за день:                                | 1515             |
|                  |       |        |         | Стоимость питания в день, руб.                | 262,71           |

Начальник лагеря

Кордюкова Н.С.

(расшифровка подписи)

Повар

Проскурина С.В.

(расшифровка подписи)

Медицинский работник

Болдарь В.В.

(расшифровка подписи)