



Утверждено:

И.П. 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: второй

дата: 04.06.2025г.

| Пищевая ценность |       |        |         | Наименование блюда                                            | Масса порции (г) |
|------------------|-------|--------|---------|---------------------------------------------------------------|------------------|
| б                | ж     | у      | ккал    |                                                               |                  |
| Завтрак          |       |        |         |                                                               |                  |
| 9,23             | 8,51  | 36,72  | 259,79  | Макароны отварные с сыром                                     | 180              |
| 3,16             | 2,68  | 15,94  | 100,6   | Кофейный напиток с молоком                                    | 200              |
| 13,08            | 6,06  | 38,68  | 262     | Булочка творожная                                             | 100              |
| 4,72             | 2,83  | 3,17   | 56,89   | Йогурт (в потребительской упаковке)                           | 100              |
| 30,19            | 20,08 | 94,51  | 679,28  | Итого за прием пищи                                           | 580              |
| Обед             |       |        |         |                                                               |                  |
| 0,42             | 0,06  | 1,14   | 7,2     | Овощи натуральные свежие (огурцы)                             | 60               |
| 3,40             | 5,00  | 7,74   | 88,6    | Щи из свежей капусты с картофелем (на курином бульоне) 185/15 | 200              |
| 16,82            | 37,56 | 34,52  | 544     | Плов из свинины 70/130                                        | 200              |
| 0,10             | 0,12  | 25,10  | 119,2   | Кисель из яблок ( 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               |
| 24,43            | 43,28 | 89,67  | 857,88  | Итого за прием пищи                                           | 710              |
| 54,62            | 63,36 | 184,18 | 1537,16 | Итого за день                                                 | 1290             |
|                  |       |        |         | 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

Куракова 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: второй

дата: 04.06.2025г.

| Пищевая ценность |       |        |         | Наименование блюда                                            | Масса порции (г) |
|------------------|-------|--------|---------|---------------------------------------------------------------|------------------|
| б                | ж     | у      | ккал    |                                                               |                  |
| Завтрак          |       |        |         |                                                               |                  |
| 11,79            | 10,87 | 46,92  | 331,95  | Макароны отварные с сыром                                     | 230              |
| 3,16             | 2,68  | 15,94  | 100,6   | Кофейный напиток с молоком                                    | 200              |
| 13,08            | 6,06  | 38,68  | 262     | Булочка творожная                                             | 100              |
| 4,72             | 2,83  | 3,17   | 56,89   | Йогурт (в потребительской упаковке)                           | 100              |
| 32,75            | 22,44 | 104,71 | 751,44  | Итого за прием пищи                                           | 630              |
| Обед             |       |        |         |                                                               |                  |
| 0,70             | 0,10  | 1,90   | 12      | Овощи натуральные свежие (огурцы)                             | 100              |
| 4,10             | 6,00  | 9,50   | 105,2   | Щи из свежей капусты с картофелем (на курином бульоне) 235/15 | 250              |
| 16,82            | 37,56 | 34,52  | 544     | Плов из свинины 70/130                                        | 200              |
| 0,10             | 0,12  | 25,10  | 119,2   | Кисель из яблок ( 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               |
| 25,41            | 44,32 | 92,19  | 879,28  | Итого за прием пищи                                           | 800              |
| 58,16            | 66,76 | 196,90 | 1630,72 | Итого за день                                                 | 1430             |
|                  |       |        |         | 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)