

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Моисеево-Алабушская средняя общеобразовательная школа

**ПРИКАЗ**

21.05 2025 г.

№188

с.Моисеево-Алабушка

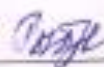
**«Об утверждении примерного меню и технологических карт для лагерей дневного пребывания МБОУ Моисеево-Алабушской сош на 2024-2025 учебный год»**

В соответствии со ст. 41 ФЗ №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и с целью организации сбалансированного рационального питания детей в лагерях дневного пребывания МБОУ Моисеево-Алабушской сош, строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд в соответствии с меню, выполнением норм и калорийности, а также соблюдения всех норм и правил гигиены, сохранения жизни и здоровья детей,

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить примерное 10-ти дневное меню для детей в лагерях дневного пребывания МБОУ Моисеево-Алабушской сош на 2024-2025 учебный год (Приложение 1).
2. Утвердить технологические карты блюд для питания детей в лагерях дневного пребывания МБОУ Моисеево-Алабушской сош (Приложение 2).
3. Начальникам лагерей дневного пребывания МБОУ Моисеево-Алабушской сош обеспечить своевременную заявку и завоз набора основных продуктов согласно примерному 10-ти дневному меню.
4. Поварам лагерей дневного пребывания МБОУ Моисеево-Алабушской сош строго соблюдать примерное 10-ти дневное меню.
5. Членам бракеражной комиссии лагерей дневного пребывания МБОУ Моисеево-Алабушской сош ежедневно проводить контроль за приготовлением блюд, согласно технологическим картам.
6. Контроль исполнения приказа оставляю за собой.

И.о. директора МБОУ  
Моисеево-Алабушской сош



Н.В.Рыбина

С приказом ознакомлены по электронной почте.

Согласовано  
Начальник ЛДП

---

*Приложение 1 к приказу №188 от 21.05.2025г*

Утверждаю

И.о. директора школы:

\_\_\_\_\_Н.В.Рыбина

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Моисеево-Алабушская средняя общеобразовательная школа  
Уваровского муниципального округа Тамбовской области

**Примерное меню  
на 10 дней по горячему питанию для ЛДП  
2024-2025 учебный год**

| №<br>реп. | Прием пищи , наименование блюда  | Масса<br>порции | Витамин С | Пищевые вещества (г.) |      |        | Энергетическая     |
|-----------|----------------------------------|-----------------|-----------|-----------------------|------|--------|--------------------|
|           |                                  |                 |           | Б                     | Ж    | У      | ценность<br>(ккал) |
|           |                                  |                 |           |                       |      |        |                    |
|           | <b>День №1-Завтрак:</b>          |                 |           |                       |      |        |                    |
|           | Макароны отварные с маслом       | 200/20          |           | 7,0                   | 0,73 | 48,0   | 263,0              |
|           | Чай с лимоном                    | 200/3           | 50мг      | 0,009                 | ---  | 14,5   | 59,1               |
|           | Фрукты                           | 100             |           | 0,9                   | 0,2  | 8,5    | 45,2               |
|           | Хлеб пшеничный                   | 40              |           | 1,975                 | 0,25 | 12,075 | 58,45              |
|           |                                  |                 |           |                       |      |        |                    |
|           | <b>День №1- Обед:</b>            |                 |           |                       |      |        |                    |
|           | Свежий огурец                    | 60              |           | 0,48                  | 0,06 | 1,56   | 8,4                |
|           | Щи из свежей капусты со сметаной | 200/3           |           | 1,37                  | 2,8  | 9,12   | 75,12              |
|           | Рис                              | 150             |           | 3,6                   | 6,46 | 40,17  | 240,2              |
|           | Мясо кур запеченное в духовке    | 100             |           | 24,6                  | 15,8 | 0,125  | 247,95             |
|           | Хлеб ржаной                      | 60              |           | 2,31                  | 0,42 | 0,42   | 63,35              |
|           | Чай с лимоном                    | 200/3           | 50мг      | 0,009                 | ---  | 14,5   | 59,1               |
|           |                                  |                 |           |                       |      |        |                    |

|  |                                          |       |      |       |      |        |        |
|--|------------------------------------------|-------|------|-------|------|--------|--------|
|  | <b>День №2-Завтрак:</b>                  |       |      |       |      |        |        |
|  | Каша пшенная молочная с маслом и сахаром | 200   |      | 8,7   | 7,1  | 29,1   | 206,0  |
|  | Чай с лимоном                            | 200/3 | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5   | 59,1   |
|  | Бутерброд с сыром                        | 40/10 |      | 1,2   | 4,2  | 20,4   | 124    |
|  |                                          |       |      |       |      |        |        |
|  | <b>День №2-Обед:</b>                     |       |      |       |      |        |        |
|  | Свежий помидор                           | 60    |      | 0,66  | 0,12 | 2,28   | 14,4   |
|  | Суп рассольник со сметаной               | 200/3 |      | 4,9   | 5,9  | 22,8   | 120,38 |
|  | Плов                                     | 200   |      | 16,9  | 23,3 | 2,88   | 296,9  |
|  |                                          |       |      |       |      |        |        |
|  | Хлеб ржаной                              | 60    |      | 2,31  | 0,42 | 0,42   | 63,35  |
|  | Компот из сухофруктов                    | 200   | 50мг | 0,36  | ---  | 22,8   | 94,7   |
|  |                                          |       |      |       |      |        |        |
|  | <b>День №3-Завтрак:</b>                  |       |      |       |      |        |        |
|  | Каша рисовая молочная с сахаром          | 200   |      | 4,7   | 6,6  | 33,6   | 216,5  |
|  | Хлеб пшеничный                           | 40    |      | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45  |
|  | Чай с лимоном                            | 200/3 | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5   | 59,1   |
|  | Фрукты                                   | 100   |      | 0,9   | 0,2  | 8,5    | 45,2   |

|  |                                |       |      |       |      |       |        |
|--|--------------------------------|-------|------|-------|------|-------|--------|
|  |                                |       |      |       |      |       |        |
|  | <b>День №3-Обед:</b>           |       |      |       |      |       |        |
|  | Свежий огурец                  | 60    |      | 0,48  | 0,06 | 1,56  | 8,4    |
|  | Суп гороховый                  | 200   |      | 4,7   | 3,2  | 13,05 | 126,52 |
|  | Картофельное пюре              | 150   |      | 3,3   | 4,25 | 29,4  | 171,7  |
|  | Котлета рыбная                 | 100   |      | 2,31  | 0,42 | 0,42  | 63,35  |
|  | Хлеб ржаной                    | 60    |      | 2,31  | 0,42 | 0,42  | 63,35  |
|  | Кисель                         | 200   |      | ---   | ---  | 9,98  | 37,4   |
|  | Кондитерские изделия (пряник)  | 60    |      | 3,5   | 2,8  | 22,15 | 132,0  |
|  |                                |       |      |       |      |       |        |
|  | <b>День №4-Завтрак:</b>        |       |      |       |      |       |        |
|  | Каша геркулесовая              | 200   |      | 3,8   | 4,17 | 37,6  | 204,8  |
|  | Чай с лимоном                  | 200/3 | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5  | 59,1   |
|  | Кондитерские изделия (печенье) | 40    |      |       |      |       |        |
|  |                                |       |      |       |      |       |        |
|  | <b>День №4-Обед:</b>           |       |      |       |      |       |        |
|  | Свежий помидор                 | 60    |      | 0,66  | 0,12 | 2,28  | 14,4   |
|  | Суп рыбный                     | 200   |      | 5,8   | 7,19 | 22,35 | 154,3  |

|  |                             |       |      |       |       |        |        |
|--|-----------------------------|-------|------|-------|-------|--------|--------|
|  | Рис отварной с маслом       | 150   |      | 3,3   | 3,4   | 36,9   | 196,0  |
|  | Тефтели мясные              | 80    |      | 16,06 | 15,77 | 6,73   | 242,05 |
|  | Хлеб ржаной                 | 60    |      | 2,31  | 0,42  | 0,42   | 63,35  |
|  | Хлеб пшеничный              | 40    |      | 1,975 | 0,25  | 12,075 | 58,45  |
|  | Компот из сухофруктов       | 200   | 50мг | 0,36  | ---   | 22,8   | 94,7   |
|  |                             |       |      |       |       |        |        |
|  |                             |       |      |       |       |        |        |
|  | <b>День №5- Завтрак:</b>    |       |      |       |       |        |        |
|  | Каша гречневая с сахаром    | 200   |      | 5,3   | 4,0   | 31,85  | 189,0  |
|  | Кисель                      | 200   |      | ---   | ---   | 9,98   | 37,4   |
|  | Хлеб пшеничный              | 40    |      | 1,975 | 0,25  | 12,075 | 58,45  |
|  | Фрукт                       | 100   |      | 0,9   | 0,2   | 8,5    | 45,2   |
|  |                             |       |      |       |       |        |        |
|  | <b>День №5- Обед:</b>       |       |      |       |       |        |        |
|  | Свежий огурец               | 60    |      | 0,48  | 0,06  | 1,56   | 8,4    |
|  | Борщ со сметаной            | 200/3 |      | 2,4   | 6,8   | 19,3   | 151,8  |
|  | Макаронны отварные с маслом | 150   |      | 7,0   | 0,73  | 48.0   | 263,0  |
|  | Гуляш мясной                | 100   |      | 15,9  | 17,97 | 5,4    | 227,4  |

|  |                                 |        |      |       |      |       |       |
|--|---------------------------------|--------|------|-------|------|-------|-------|
|  | Хлеб ржаной                     | 60     |      | 2,31  | 0,42 | 0,42  | 63,35 |
|  | Чай с лимоном                   | 200    | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5  | 59,1  |
|  |                                 |        |      |       |      |       |       |
|  | <b>День №6-Завтрак:</b>         |        |      |       |      |       |       |
|  | Каша рисовая молочная с сахаром | 200    |      | 8,7   | 7,1  | 29,1  | 206,0 |
|  | Чай с лимоном                   | 200    | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5  | 59,1  |
|  | Кондитерские изделия (вафли)    | 40     |      | 3,5   | 2,8  | 22,15 | 132,0 |
|  |                                 |        |      |       |      |       |       |
|  | <b>День №6-Обед:</b>            |        |      |       |      |       |       |
|  | Суп вермишелевый с курицей      | 200    |      | 2,3   | 2,9  | 24,4  | 116,7 |
|  | Свежий помидор                  | 60     |      | 0,66  | 0,12 | 2,28  | 14,4  |
|  | Плов                            | 200    |      | 16,9  | 23,3 | 2,88  | 296,9 |
|  | Хлеб ржаной                     | 60     |      | 2,31  | 0,42 | 0,42  | 63,35 |
|  | Чай с лимоном                   | 200    | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5  | 59,1  |
|  | Кондитерские изделия ( пряник)  | 60     |      | 3,28  | 0,56 | 0,52  | 78,0  |
|  |                                 |        |      |       |      |       |       |
|  | <b>День №7-Завтрак:</b>         |        |      |       |      |       |       |
|  | Макароны отварные с сахаром     | 200/20 |      | 9,9   | 8,9  | 37,25 | 271,9 |

|  |                                   |       |      |       |      |        |       |
|--|-----------------------------------|-------|------|-------|------|--------|-------|
|  | Бутерброд с сыром                 | 40/10 |      |       |      |        |       |
|  | Какао                             | 200   |      | 3,4   | 4,07 | 20,15  | 132,0 |
|  | Кондитерские изделия (печенье)    | 40    |      |       |      |        |       |
|  |                                   |       |      |       |      |        |       |
|  | <b>День №7-Обед:</b>              |       |      |       |      |        |       |
|  | Свежий огурец                     | 60    |      | 0,48  | 0,06 | 1,56   | 8,4   |
|  | Щи из свежей капусты со сметаной  | 200/3 |      | 3,9   | 5,3  | 11,3   | 117,4 |
|  | Картофельное пюре                 | 150   |      | 3,3   | 4,25 | 29,4   | 171,7 |
|  | Курица отварная                   | 100   |      | 10,8  | 4,7  | 10,1   | 127,1 |
|  | Хлеб ржаной                       | 60    |      | 2,31  | 0,42 | 0,42   | 63,35 |
|  | Чай с лимоном                     | 200/3 | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5   | 59,1  |
|  |                                   |       |      |       |      |        |       |
|  | <b>День №8-Завтрак:</b>           |       |      |       |      |        |       |
|  | Каша пшеничная молочная с сахаром | 200   |      | 8,7   | 7,1  | 29,1   | 206,0 |
|  | Чай с лимоном                     | 200/3 | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5   | 59,1  |
|  | Хлеб пшеничный                    | 40    |      | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45 |
|  |                                   |       |      |       |      |        |       |
|  | <b>День №8-Обеда:</b>             |       |      |       |      |        |       |



|  |                                    |       |      |       |      |        |        |
|--|------------------------------------|-------|------|-------|------|--------|--------|
|  | Свежий помидор                     | 60    |      | 0,66  | 0,12 | 2,28   | 14,4   |
|  | Суп рассольник со сметаной         | 200/3 |      | 2,29  | 3,4  | 22,58  | 85,88  |
|  | Каша гречневая с маслом            | 150   |      | 5,3   | 4,0  | 31,85  | 189,0  |
|  | Гуляш куриный                      | 80    |      | 7,35  | 2,33 | 11,25  | 76,7   |
|  | Хлеб ржаной                        | 60    |      | 2,31  | 0,42 | 0,42   | 63,35  |
|  | Сок                                | 200   | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5   | 59,1   |
|  |                                    |       |      |       |      |        |        |
|  | <b>День №9-Завтрак:</b>            |       |      |       |      |        |        |
|  | Суп молочный вермишелевый          | 200   |      |       |      |        |        |
|  | Хлеб пшеничный                     | 40    |      | 1,975 | 0,25 | 12,075 | 58,45  |
|  | Чай с лимоном                      | 200/3 |      | ---   | ---  | 9,98   | 37,4   |
|  |                                    |       |      |       |      |        |        |
|  | <b>День №9-Обед:</b>               |       |      |       |      |        |        |
|  | Свежий огурец                      | 60    |      | 0,48  | 0,06 | 1,56   | 8,4    |
|  | Борщ из свежей капусты со сметаной | 200/3 |      | 4,07  | 5,7  | 12,88  | 128,58 |
|  | Макароны отварные с маслом         | 150   |      | 7,0   | 0,73 | 48,0   | 263,0  |
|  | Котлета мясная                     | 80    |      | 15,3  | 6,8  | 5,4    | 146,4  |
|  | Хлеб ржаной                        | 60    |      | 2,31  | 0,42 | 0,42   | 63,35  |

|  |                               |       |      |       |      |       |       |
|--|-------------------------------|-------|------|-------|------|-------|-------|
|  | Чай с лимоном                 | 200/3 | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5  | 59,1  |
|  | Фрукты                        | 100   |      | 0,9   | 0,2  | 8,5   | 45,2  |
|  |                               |       |      |       |      |       |       |
|  | <b>День №10-Завтрак:</b>      |       |      |       |      |       |       |
|  | Каша манная молочная          | 200   |      | 3,8   | 4,17 | 37,6  | 204,8 |
|  | Чай с лимоном                 | 200/3 | 50мг | 0,009 | ---  | 14,5  | 59,1  |
|  | Кондитерские изделия ( вафли) | 40    |      | 0,8   | 1,3  | 7,0   | 33,5  |
|  |                               |       |      |       |      |       |       |
|  | <b>День №10-Обед:</b>         |       |      |       |      |       |       |
|  | Свежий помидор                | 60    |      | 0,66  | 0,12 | 2,28  | 14,4  |
|  | Суп гороховый                 | 200   |      | 4,7   | 3,2  | 12,2  | 126,5 |
|  | Рис отварной с маслом         | 150   |      | 3,3   | 3,4  | 36,9  | 196,0 |
|  | Котлета рыбная                | 100   |      | 2,31  | 0,42 | 0,42  | 63,35 |
|  | Хлеб ржаной                   | 60    |      | 2,31  | 0,42 | 0,42  | 63,35 |
|  | Компот из сухофруктов         | 200   | 50мг | 0,16  | 0,16 | 23,88 | 97,6  |
|  | Фрукты                        | 100   |      | 0,9   | 0,2  | 8,5   | 45,2  |

