Согласовано:
директор МБОУ «Форосская СШ имени А.С.Терлецкого »
_____ Картапольцева Т.А.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
_____ Черненко Е.О.

МЕНЮ

"____" _____ 2026

Возрастная категория 7-10 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 день					
Рацион 1					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ	250	12,68	13,51	49,23	369,66
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	3,75	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,88	39,9
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,85	0,35	16,96	81,58
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	**640**	**20,78**	**19,16**	**123,07**	**746,64**
Стоимость рациона :					**118,00 руб.**
Рацион 2					
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	60	1,74	3,11	3,65	49,38
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	250	14,63	13,48	20,65	262,85
МЯСО ТУШЕНОЕ	90	15,17	19,72	2,64	248,19
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	18,33	4,8	83,08	448,14
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ	200	0,16	0,16	13,48	56,94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,29	0,19	15,05	71,05
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	**800**	**55,21**	**41,72**	**151,27**	**1200,64**
Стоимость рациона :					**114,64 руб.**

Возрастная категория 11-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 день					
Рацион 3					
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ	250	12,68	13,51	49,23	369,66
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	3,75	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,88	39,9
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,85	0,35	16,96	81,58
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***640***	**20,78**	19,16	123,07	746,64
Обед					
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	90	1,74	3,11	3,65	49,38
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	250	14,63	13,48	20,65	262,85
МЯСО ТУШЕНОЕ	90	15,17	19,72	2,64	248,19
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	18,33	4,8	83,08	448,14
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ	200	0,16	0,16	13,48	56,94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,29	0,19	15,05	71,05
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***810***	**55,21**	**41,72**	**151,27**	**1197,74**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**75,99**	**60,88**	**274,34**	**1944,38**
Цена рациона					**205-75**

Согласовано:
директор МБОУ «Форосская СШ имени А.С.Терлецкого»
_____ Каргапольцева Т.А.

Утверждаю:
индивидуальный предпринимател
_____ Черненко Е.О.

МЕНЮ

"01" 09 2026

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
2 день					
Рацион 1					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,9	8,9	7,7	119
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	6,95	5,66	42,52	249,48
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	200	0,97	0	24,64	106,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	**500**	**15,76**	**15,07**	**107,65**	**631,1**
Стоимость рациона:					**118,00 руб.**
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,66	0,12	2,28	14,4
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,05	7,29	16,54	168,09
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150/60	17,95	25,11	19,6	376,82
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ	200	0,3	0,06	32,83	132,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**33,9**	**33,09**	**104,04**	**848,03**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**49,66**	**48,16**	**211,69**	**1479,13**
Цена рациона					**114,64 руб.**

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порций	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
2 День					
Рацион 3					
Завтрак					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	1,9	8,9	7,7	119
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	6,95	5,66	42,52	249,48
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	200	0,97	0	24,64	106,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	**540**	**15,76**	**15,07**	**107,65**	**631,1**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,66	0,12	2,28	14,4
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,05	7,29	16,54	168,09
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150/90	17,95	25,11	19,6	376,82
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ	200	0,3	0,06	32,83	132,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**33,9**	**33,09**	**104,04**	**848,03**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**49,66**	**48,16**	**211,69**	**1479,13**
Цена рациона					**205,75 руб.**

Согласовано:
директор МБОУ «Форосская СШ имени А.С.Терлецкого »
_____ Карталольцева Т.А.

Утверждаю:
индивидуальный предпринимательь
_____ Черненко Е.О.

МЕНЮ

"02" 09 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
3 День					
Рацион 1					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	9,48	12,63	21,26	237,44
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ	60	2,58	0,97	32,7	147,58
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,41	3,1	16,85	109,32
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***580***	**18,92**	**17,35**	**100,68**	**636,07**
Стоимость рациона:					**118,00 руб.**
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	60	0,47	0,06	0,99	7,57
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	2,95	3,31	16,5	108,37
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ	200	18,64	20,24	40,71	418,91
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	0,32	0,02	18,26	75,51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ		**28,32**	**24,14**	**109,25**	**766,28**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**47,24**	**41,49**	**209,93**	**1402,35**
Стоимость рациона:					**114,64 руб.**

Возрастная категория 11-18 лет

Наименование блюда	Масса	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
3 День					
Рацион 3					
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	9,48	12,63	21,26	237,44
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ	60	2,58	0,97	32,7	147,58
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,41	3,1	16,85	109,32
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***650***	**18,92**	**17,35**	**100,68**	**636,07**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	60	0,47	0,06	0,99	7,57
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	2,95	3,31	16,5	108,37
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ	240	18,64	20,24	40,71	418,91
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	200	0,32	0,02	18,26	75,51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**28,32**	**24,14**	**109,25**	**766,28**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**47,24**	**41,49**	**209,93**	**1402,35**
Цена рациона					**205,75 руб.**

Согласовано:
директор МБОУ «Форосская СШ имени А.С.Герлецкого»
_____ Каргапольцева Т.А.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
_____ Черненко Е.О.

МЕНЮ

"03" 09 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
4 День					
Рацион 1					
БЛИНЫ С ДЖЕМОМ	180	4,46	4,75	66,14	327,77
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ,	200/15	0,1	0	9,88	39,9
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,3	10,3	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***540***	**10,9**	**5,56**	**119,11**	**570,59**
Стоимость рациона :					**118,00 руб.**
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	40	0,48	0,06	1,5	8,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	17,56	15,5	19,35	287,69
ГУЛЯШ ИЗ КОНСЕРВЫ МЯСНОЙ .	90	15,23	19,73	2,93	249,68
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	150	5,34	5,48	34,19	207,53
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,88	39,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***800***	**44,65**	**41,28**	**100,64**	**949,12**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**55,55**	**46,84**	**219,75**	**1519,7**

Возрастная категория: 11-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
4 День					
Рацион 3					
Завтрак					
БЛИНЫ С ДЖЕМОМ	20	4,46	4,75	66,14	327,77
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ,	200/15	0,1	0	9,88	39,9
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,3	10,3	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***540***	**10,9**	**5,56**	**119,11**	**570,59**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,48	0,06	1,5	8,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	17,56	15,5	19,35	287,69
ГУЛЯШ ИЗ КОНСЕРВЫ МЯСНОЙ	90	15,23	19,73	2,93	249,68
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	150	5,34	5,48	34,19	207,53
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,88	39,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**44,65**	**41,28**	**100,64**	**949,12**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**55,55**	**46,84**	**219,75**	**1519,7**
Цена рациона					**205,75 руб.**

Согласовано:
директор МБОУ «Форосская СШ имени А.С.Герцецкого »
_____ Картапольцева Т.А.

Утверждаю:
индивидуальный предпринимательЧерненко Е.О.
_____

МЕНЮ

"04" 09 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
5 День					
Рацион 1					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ	250	9,78	10,84	39,65	294,62
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	7,05	7,1	19,65	172,13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,89	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***540***	**25,02**	**21,39**	**114,41**	**737,77**
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ	60	0,66	0	1,44	8,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,76	7,09	12,44	121,07
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	220	17,26	24,08	17,54	355,59
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (2-ОЙ	200	0,16	0,16	27,03	111,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***800***	**25,78**	**31,84**	**91,24**	**752,11**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**50,8**	**53,23**	**205,65**	**1299,88**

Возрастная категория: 11-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
5 День					
Рацион 3					
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ	250	9,78	10,84	39,65	294,62
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	7,05	7,1	19,65	172,13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,89	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***550***	**25,02**	**21,39**	**114,41**	**747,77**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ	60	0,66	0	1,44	8,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,76	7,09	12,44	121,07
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	240	17,26	24,08	17,54	355,59
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (2-ОЙ	200	0,16	0,16	27,03	111,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**25,78**	**31,84**	**91,24**	**752,11**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**50,8**	**53,23**	**205,65**	**1499,88**
Цена рациона					**205,75 руб.**

Согласовано:
директор МБОУ «Форосская СШ имени А.С.Грибоедова»
_____ Каргапольцева Т.А.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
_____ Черненко Е.О.

МЕНЮ

"07" 09 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
6 день					
Рацион 1					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ	250	12,67	13,5	49,23	369,6
ПРЯНИКИ	50	2,95	2,35	37,5	183
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ,	200/15	0,1	0	14,72	59,25
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***685***	**22,06**	**16,76**	**144,04**	**814,77**
Рацион 2					
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	60	1,74	5,11	3,65	67,36
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	8,94	9,97	11,14	170,43
МЯСО ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	90	15,17	19,72	2,64	248,19
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	18,36	8,81	83,12	484,42
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	7,22	30,75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**50,25**	**44,22**	**140,56**	**1157,07**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**72,31**	**60,98**	**284,6**	**1971,84**

Возрастная категория: 11-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
6 День					
Рацион 3					
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ	250	12,67	13,5	49,23	369,6
ПРЯНИКИ	50	2,95	2,35	37,5	183
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ,	200/15	0,1	0	14,72	59,25
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***685***	**22,06**	**16,76**	**144,04**	**814,77**
Обед					
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	90	1,74	5,11	3,65	67,36
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	8,94	9,97	11,14	170,43
МЯСО ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	90	15,17	19,72	2,64	248,19
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	18,36	8,81	83,12	484,42
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	7,22	30,75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**50,25**	**44,22**	**140,56**	**1157,07**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**72,31**	**60,98**	**284,6**	**1971,84**
Цена рациона					205,75 руб

Согласовано:
директор МБОУ «Форосская СШ имени А.С.Терлецкого »
_____ Каргапольцева Т.А.

Утверждаю:
индивидуальный предпринимател
_____ Черненк

МЕНЮ

"08" 09 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
7 День					
Рацион 1					
ПЛОВ СЛАДКИЙ	280	5	7,22	76,59	394,07
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	200	0,97	0	24,64	106,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	*540*	**11,91**	**7,73**	**134,02**	**656,69**
Стоимость за прием пищи					118,00
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,66	0,12	2,28	14,4
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,05	9,23	16,54	185,53
ГУЛЯШ ИЗ КОНСЕРВЫ МЯСНОЙ	90	15,23	19,73	2,93	249,68
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	150	5,37	4,64	34,23	200,21
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ	200	0,16	0,16	13,48	56,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	*820*	**36,41**	**34,39**	**102,25**	**912,68**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**48,32**	**42,12**	**236,27**	**1519,37**
стоимость за прием пищи					114,64 руб.

Возрастная категория: 11-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
7 день					
Рацион 3					
Завтрак					
ПЛОВ СЛАДКИЙ	280	5	7,22	76,59	394,07
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	200	0,97	0	24,64	106,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	*550*	**11,91**	**7,73**	**134,02**	**656,69**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,66	0,12	2,28	14,4
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,05	9,23	16,54	185,53
ГУЛЯШ ИЗ КОНСЕРВЫ МЯСНОЙ	90	15,23	19,73	2,93	249,68
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	180	5,37	4,64	34,23	200,21
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ	200	0,16	0,16	13,48	56,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	*850*	**36,41**	**34,39**	**102,25**	**892,68**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**48,32**	**42,12**	**236,27**	**1539,37**
Цена рациона					**205,75 руб.**

Согласовано:
директор МБОУ «Форосская СШ имени А.С.Терлецкого »
_____ Карталольцева Т.А.

Утверждаю:
индивидуальный предпринимател
_____ Черненко Е.О.

МЕНЮ

"09" 09 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
8 день					
Рацион 1					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	9,48	12,63	22,72	243,25
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ	60	3,13	1,18	36,45	166,71
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ,	200/15	0,1	0	14,72	59,25
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,89	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***675***	**19,05**	**14,72**	**116,48**	**652,13**
Стоисомть рациона :					**118,00**
Рацион 2					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС.	60	1,14	5,34	4,62	71,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	19,9	22,71	12,44	334,47
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	240	17,26	22,14	17,54	338,15
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,68	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**44,24**	**50,7**	**77,07**	**938,64**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**63,29**	**65,42**	**193,55**	**1610,77**
Стоисомть рациона :					114,64 руб.

Возрастная категория: 11-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
8 день					
Рацион 3					
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	9,48	12,63	22,72	243,25
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ	60	3,13	1,18	36,45	166,71
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ,	200/15	0,1	0	14,72	59,25
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***695***	**19,05**	**14,72**	**116,48**	**672,13**
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС.	60	1,14	5,34	4,62	71,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	19,9	22,71	12,44	334,47
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	240	17,26	22,14	17,54	338,15
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,68	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**44,24**	**50,7**	**77,07**	**938,64**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**63,29**	**65,42**	**193,55**	**1610,77**
Цена рациона					**205,75 руб.**

Согласовано:
директор МБОУ «Форосская СШ имени А.С.Терлецкого »
_____ Каргапольцева Т.А.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
_____ Черненко Е.О.

МЕНЮ

"10" 09 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
9 день					
Рацион 1					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ	250	9,81	16,36	41,75	352,81
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ИЛИ	70	6,52	3,6	36,46	199,63
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	14,72	59,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,85	0,35	16,96	81,58
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***695***	**23,33**	**20,56**	**129,96**	**788**
Стоимость рациона					**118,00**
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,48	0,06	1,5	8,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	9,4	5,32	19,26	162,79
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ	240	18,64	20,24	40,71	418,91
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ	200	0,3	0,06	32,83	132,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**34,76**	**26,19**	**127,09**	**878,82**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**58,09**	**46,75**	**257,05**	**1666,82**
Стоимость рациона					**114,64**

Возрастная категория: 11-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
9 день					
Рацион 3					
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ	250	9,81	16,36	41,75	352,81
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ ИЛИ	90	6,52	3,6	36,46	199,63
ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	14,72	59,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,85	0,35	16,96	81,58
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***715***	**23,33**	**20,56**	**129,96**	**808**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	90	0,48	0,06	1,5	8,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	9,4	5,32	19,26	162,79
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ	240	18,64	20,24	40,71	418,91
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ	200	0,3	0,06	32,83	132,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***860***	**34,76**	**26,19**	**127,09**	**918,82**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**58,09**	**46,75**	**257,05**	**1666,82**
Цена рациона					**205,75 руб.**

Согласовано:
директор МБОУ «Форосская СШ имени А.С.Герлецкого »
_____ Карталольцева Т.А.

Утверждаю:
индивидуальный предприниматель
_____ Черненко Е.О.

МЕНЮ

"11" 09 2026

Возрастная категория: 7-10 лет

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
10 день					
Рацион 1					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,9	8,9	7,7	119
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	200	6,95	5,66	42,52	249,48
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	200	0,97	0	24,64	106,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***530***	**15,76**	**15,07**	**107,65**	**601,1**
Стоимость рациона					118,00
Рацион 2					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО-СЕЗОНУ	60	0,66	0,12	2,28	14,4
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,05	7,29	16,54	168,09
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150/90	17,95	25,11	19,6	376,82
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ	200	0,3	0,06	32,83	132,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***820***	**33,9**	**33,09**	**104,04**	**848,03**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**49,66**	**48,16**	**211,69**	**1179,13**
Стоимость рациона :					**114,64**

Возрастная категория:	

Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
10 день					
Рацион 3					
Завтрак					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	1,9	8,9	7,7	119
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	200	6,95	5,66	42,52	249,48
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	200	0,97	0	24,64	106,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***570***	**15,76**	**15,07**	**107,65**	**631,1**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО-СЕЗОНУ	90	0,66	0,12	2,28	14,4
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,05	7,29	16,54	168,09
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150/90	17,95	25,11	19,6	376,82
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ	200	0,3	0,06	32,83	132,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	***850***	**33,9**	**33,09**	**104,04**	**848,03**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**49,66**	**48,16**	**211,69**	**1479,13**
Цена рациона					**205,75 руб.**