

М Е Н Ю

для питания учащихся 7 до 12 лет
в лагере дневного пребывания
Утверждаю
начальник лагеря



ООО «Школьник»
Столовая МАОУ
" 21" г. Тамбова
на 11 июня 2024 г.

Завтрак

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)
130/20	Пудинг творожный со сгущенным молоком	18	12,5	27,4	296
10	Сыр	2	2,9	0	36
200	Кофейный напиток	1,4	1,4	20,4	103
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,6	10,2	50
Итого:		23	17,4	58	485

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)
50	Огурец свежий	0,3	0	1,5	14
250	Борщ из свежей капусты с картофелем	4	4,1	14,7	117
90	Шарики мясные «Колобок»	12	12,6	9,2	198
150	Картофельное пюре	3,1	5,1	26,2	147
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,1	0	16,7	63
44,7	Хлеб ржаной	2,9	0,54	20,6	96
30	Хлеб пшеничный	2,25	0,75	15,5	75
Итого:		24.65	23.09	104.4	710

Полдник

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Компот из яблок	0,6	0	38,5	128
50	Булочка «Домашняя»	3,8	3,3	37,2	192
Итого:		4,4	3,3	76	320
Всего:	141-18	52.05	43.79	238.4	1515

И.о. директора ООО «Школьник»
Зав. производством
Специалист по ценообразованию

Бай
Алиса

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина

Меню

для питания учащихся с 12 лет и старше
в лагере дневного пребывания

Утверждаю
начальник лагеря



ООО «Школьник»
Столовая МАОУ
" 21" г.Тамбова
на 11 июня 2024 г.

Завтрак

Выход, гр.		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценност ь (Ккал)
150/10	Пудинг творожный со сгущенным молоком	20,9	14,4	31,7	342
10	Сыр	2	2,9	0	36
200	Кофейный напиток	1,3	1,4	18,4	103
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,6	10,2	50
Итого:		25,7	19,3	60,3	531

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
50	Огурец свежий	0,3	0	1,5	14
250	Борщ из свежей капусты с картофелем	4	4,1	14,7	137
100	Шарики мясные «Колобок»	13,3	14	10,2	220
180	Картофельное пюре	3,72	6,12	31,44	176
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,1	0	16,7	63
46,3	Хлеб ржаной	3	0,56	21,3	100
50	Булочка «Домашняя»	3,8	3,3	37,2	192
Итого:		28,22	28,08	133,04	902
Всего:	141-18	53,92	47,38	193,34	1433

И.о.директора ООО «Школьник»
Зав. производством
Специалист по ценообразованию

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Т.П. Баранова".

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина