

Меню

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



ООО «Школьник»
Столовая МАОУ
СОШ №__ г. Тамбова
на 17 июня 2024 г.

Завтрак

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
105/5	Омлет натуральный	9	14,4	1,78	172
200	Чай со сгущенным молоком	1,6	1,7	17,4	108
20	Хлеб ржаной	1,3	0,2	9,2	43
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,5	10,3	50
Итого:		13,4	16,8	38,7	373

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
50	Помидор свежий	0,6	0	3	14
250	Суп картофельный с клецками	4,2	4,6	22,7	183
40/200	Плов из свинины	15,3	18,8	29	338
200	Сок фруктовый	0,9	0	35,1	130
46,5	Хлеб ржаной	3	0,56	21,4	100
Итого:		24	23,96	111,2	765

Полдник

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценност ь (Ккал)
200	Ряженка	9	11	7,4	153
60	Плюшка «Тамбовская»	3,8	3,4	40	238
Итого:		12,8	14,4	47,4	391
Всего:	141-18	50,2	55,16	197,3	1529

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

Т.П. Баранова
Т.И. Мордовина

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
СОШ № _____ г.Тамбова
на 17 июня 2024 г.

Завтрак

Выход, гр.		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценност ь (Ккал)
150	Омлет натуральный	21,8	26	0,83	302
200	Чай с молоком сгущенным	1,6	1,7	17,4	108
24	Хлеб ржаной	1,6	0,29	11	52
шт	Зефир «Пирожников»	0,5	0,4	10	62
Итого:		25,5	28,39	39,23	524

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
30	Помидор свежий	0,4	0	1,8	8
250	Суп картофельный с клецками	4,2	4,6	22,7	183
50/250	Плов из филе цыплят	15,3	18,2	29	338
180	Сок фруктовый	0,9	0	35,1	130
51,2	Хлеб ржаной	3,3	0,61	23,6	110
Итого:		24,1	23,41	112,2	769
Всего:	141-18	49,6	51,8	151,43	1293

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

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина