

# Меню

для питания учащихся 7 до 12 лет  
в лагере дневного пребывания

Утверждаю  
начальник лагеря



ООО «Школьник»  
Столовая МАОУ  
СОШ №\_\_г.Тамбова  
на 25 июня 2024 г.

## Завтрак

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая 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
<b>Итого:</b>		23	17,4	58	485

## Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
25	Огурец свежий	0,15	0	0,75	7
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
33,6	Хлеб ржаной	2,2	0,4	15,5	72
15	Хлеб пшеничный	1,1	0,4	7,7	38
<b>Итого:</b>		22,65	22,6	90,75	642

## Полдник

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценност ь (Ккал)
200	Компот из яблок	0,6	0	38,5	128
50	Булочка «Домашняя»	3,8	3,3	37,2	192
<b>Итого:</b>		4,4	3,3	76	320
<b>Всего:</b>	141-18	50,05	43,3	224,75	1447

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 25 июня 2024 г.

## Завтрак

Выход, гр.		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая 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
15	Хлеб пшеничный	1,1	0,4	7,7	38
<b>Итого:</b>		25,3	19,1	57,8	519

## Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
25	Огурец свежий	0,15	0	0,75	7
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
28,4	Хлеб ржаной	1,8	0,34	13,1	61
50	Булочка «Домашняя»	3,8	3,3	37,2	192
<b>Итого:</b>		26,87	27,86	124,09	856
<b>Всего:</b>	141-18	52,17	46,96	181,89	1375

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

*Т.П. Баранова*  
*Т.И. Мордовина*

Т.П. Баранова

Т.И. Мордовина