

М Е Н Ю

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



ООО «Школьник»
Столовая МАОУ
СОШ № ___ г.Тамбова
на 26 июня 2024 г.

Завтрак

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
200/20	Каша молочная «Дружба» с маслом	6,8	7,9	47,1	299
10	Сыр	2	2,9	0	36
200	Какао с молоком	3,4	3,6	25,3	140
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,6	10,2	50
Итого:		13,7	15	82,6	525

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
50	Помидор свежий	0,3	0	1,5	14
250	Суп картофельный с чечевицей	5,8	3,13	19,3	130
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
200	Компот из вишни замороженной	0,6	0	30,8	130
34	Хлеб ржаной	2,2	0,41	15,6	73
15	Хлеб пшеничный	1,1	0,4	7,7	38
Итого:		27,9	21,54	113,1	770

Полдник

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценност ь (Ккал)
180	Йогурт	9	11	7,4	153
50	Плюшка «Тамбовская»	3,2	6,6	33,4	198
Итого:		12,2	18	41	351
Всего:		53,8	54,54	236,7	1646

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

Баш
Тюлькин

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 26 июня 2024 г.

Завтрак

Выход, гр.		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (Ккал)
200/20	Каша молочная «Дружба» с маслом	7	8,1	48,2	306
30	Сыр	6	8,7	0	108
200	Какао с молоком	3,4	3,6	25,3	140
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,6	10,2	50
Итого:		17,9	21	83,7	604

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (Ккал)
70	Помидор свежий	0,8	0	4,2	20
250	Суп картофельный с чечевицей	5,8	3,13	19,3	130
100	Котлета по-домашнему	14	14	8	214
180	Макароны отварные	6,4	6	37,2	230
200	Компот из вишни замороженной	0,6	0	30,8	130
45,1	Хлеб ржаной	2,9	0,54	20,7	97
50	Плюшка «Тамбовская»	3,2	6,6	33,4	198
Итого:		33,7	30,27	153,6	1019
Всего:		51,6	51,27	237,3	1623

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

Бай
Триш

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина