

Меню

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



ООО «Школьник»
Столовая МАОУ
" 21" г. Тамбова
на 5 июня 2024 г.

Завтрак

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
150	Запеканка из творога	10,1	5,5	33,1	395
200	Какао с молоком	3,4	3,6	25,3	140
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,6	10,2	50
Итого:		15	9,7	68,6	585

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
250/15	Суп картофельный с горохом и гречками	5,8	3,1	19,3	150
60/50	Тефтели из свинины	8,14	10,01	10,9	167
150	Рис отварной	3,7	4,6	41,7	214
180	Сок фруктовый	0,9	0	35,1	130
49,2	Хлеб ржаной	3,2	0,59	22,6	106
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,6	10,2	50
Итого:		23,24	18,9	139,8	817

Полдник

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценност ь (Ккал)
180	Йогурт	9	11	7,4	153
60	Плюшка «Тамбовская»	3,8	3,4	40,1	238
Итого:		12,8	14,4	47,5	391
Всего:	141-18	51,04	43	255,9	1793

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

Труссель
Бафф

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина

