

Меню



для питания учащихся 7 до 12 лет
в лагере дневного пребывания

Утверждаю
начальник лагеря

Селиванова Н.М.

ООО «Школьник»

Столовая МАОУ

"Лицей № 21" г.Тамбова

на 23 июня 2025 г.

Завтрак

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
100	Запеканка из творога	6,73	3,7	22,1	263
200	Какао с молоком	3,4	3,6	25,3	140
Итого:		10,13	7,3	47,4	403

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
90	Шарики мясные «Колобок»	12	12,6	9,2	198
150	Картофельное пюре	3,1	5,1	26,2	147
180	Сок фруктовый	0,9	0	35,1	130
40	Хлеб ржаной	1,3	0,24	9,2	86
Итого:		23,1	21,04	99	711

Полдник

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценност ь (Ккал)
180	Ряженка	9	11	7,4	153
50	Булочка «Школьная»	3,2	2,8	33,4	198
Итого:		12,2	13,8	40,8	351
Всего:	141-18	45,43	42,14	187,2	1465

Директор ООО «Школьник»
Зав. производством
Специалист по ценообразованию

(Handwritten signature)

Е.З.Сухова
Кондратьева С.А.
Т.И.Мордовина

М Е Н Ю



для питания учащихся 7 до 12 лет
в лагере дневного пребывания

Утверждаю
начальник лагеря

Селиванова Н.М.

ООО «Школьник»
Столовая МАОУ

"Лицей № 21" г.Тамбова

на 23 июня 2025 г.

Завтрак

Выход, гр.		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (Ккал)
100	Запеканка из творога	6,73	3,7	22,1	263
200	Какао с молоком	3,4	3,6	25,3	140
Итого:		10,13	7,3	47,4	403

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (Ккал)
250/15	Суп картофельный с горохом и гренками	5,8	3,1	19,3	150
100	Шарики мясные «Колобок»	13,3	14	10,2	220
180	Картофельное пюре	3,72	6,12	31,44	176
180	Сок фруктовый	0,9	0	35,1	130
40	Хлеб ржаной	1,3	0,24	9,2	86
50	Булочка «Школьная»	3,2	2,8	33,4	198
Итого:		28,22	26,26	138,64	960
Всего:	141-18	38,35	33,56	186,04	1363

Директор ООО «Школьник»
Зав. производством
Специалист по ценообразованию

Е.З.Сухова
Кондратьева С.А.
Т.И.Мордовина