

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 27 июня 2025 г.

Завтрак

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (Ккал)
150/5	Каша геркулесовая с маслом	6,5	13	30	253
200	Чай с сахаром	0,1	0	16,7	63
20	Батон	1,5	0,6	10,2	50
Итого:		8,1	13,6	56,9	366

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (Ккал)
250	Борщ из свежей капусты с картофелем	4	4,1	14,7	117
50/50	Тефтели из свинины	8,14	10,01	10,9	167
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
180	Сок фруктовый	0,9	0	35,1	130
20	Хлеб ржаной	0,65	0,12	4,6	43
Итого:		18,99	19,23	96,3	649

Полдник

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (Ккал)
95	Мороженое «Золотой стандарт»	3,2	15	20,8	227
Итого:		3,2	15	20,8	227
Всего:	141-18	30,29	47,83	174	1242

Директор ООО «Школьник»
Зав. производством
Специалист по ценообразованию

С.С. Селиванова

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

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 27 июня 2025 г.

Завтрак

Выход, гр.		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценност ь (Ккал)
150/5	Каша геркулесовая с маслом	6,5	13	30	253
200	Чай с сахаром	0,1	0	16,7	63
20	Батон	1,5	0,6	10,2	50
Итого:		8,1	13,6	56,9	366

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
250	Борщ из свежей капусты с картофелем	4	4,1	14,7	137
50/50	Тефтели из свинины	8,14	10,01	10,9	167
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
180	Сок фруктовый	0,9	0	35,1	130
20	Хлеб ржаной	0,65	0,12	4,6	43
95	Мороженое «Золотой стандарт»	3,2	15	20,8	227
Итого:		22,19	34,23	117,1	876
Всего:	141-18	30,29	47,83	174	1242

Директор ООО «Школьник»
Зав. производством
Специалист по ценообразованию

Е.3.Сухова
Кондратьева С.А.
Т.И.Мордовина

Меню



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

ООО «Школьник»
Столовая МАОУ
СОШ №_Бокино_г.Тамбова
на 27 июня 2025 г.

Завтрак

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (Ккал)
150	Каша геркулесовая с маслом	6,5	13	30	253
200	Чай с сахаром	0,1	0	16,7	63
15	Батон	1,5	0,6	10,2	50
Итого:		8,1	13,6	56,9	366

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (Ккал)
250	Борщ из свежей капусты с картофелем	4	4,1	14,7	117
80	Биточек из свинины	8,14	10,01	10,9	167
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
180	Сок фруктовый	0,9	0	35,1	130
20	Хлеб ржаной	0,65	0,12	4,6	43
Итого:		18,99	19,23	96,3	649

Полдник

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (Ккал)
95	Мороженое «Золотой стандарт»	3,2	15	20,8	227
Итого:		3,2	15	20,8	227
Всего:	141-18	30,29	47,83	174	1242

Директор ООО «Школьник»
Зав. производством
Специалист по ценообразованию

Е.З. Сухова
Мордовина

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина