

Меню



для питания учащихся 7 до 12 лет
в лагере дневного пребывания

Утверждаю
начальник лагеря

ООО «Школьник»
Столовая МАОУ
СОШ №__г.Тамбова
на 16 июня 2025 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
200	Какао с молоком	3,4	3,6	25,3	140
20	Батон	1,5	0,6	10,2	50
Итого:		11,7	12,1	82,6	489

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
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 яблок	0,6	0	30,8	130
28	Хлеб ржаной	0,9	0,17	6,4	60
15	Батон	1,1	0,4	7,7	38
Итого:		26,3	21,3	102,4	743

Полдник

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценност ь (Ккал)
180	Ряженка	9	11	7,4	153
60	Булочка «Домашняя»	3,8	7,9	40	238
Итого:		12,8	18,9	47,4	391
Всего:	141-18	50,8	52,3	232,4	1623

Директор ООО «Школьник»
Зав. производством
Специалист по ценообразованию

Сухова
Мордовина

Е.З.Сухова

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 16 июня 2025 г.

Завтрак

Выход, гр.		Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценност ь (Ккал)
200/15	Каша молочная «Дружба» с маслом	7	8,1	48,2	306
20	Сыр	4	5,7	0	72
200	Какао с молоком	3,4	3,6	25,3	140
30	Батон	2,25	0,75	15,5	75
Итого:		16,65	18,15	89	593

Обед

Выход, гр.	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергети ческая ценность (Ккал)
50	Огурец свежий	0,6	0	3	14
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 яблок	0,6	0	30,8	130
37,5	Хлеб ржаной	1,2	0,23	8,6	81
60	Булочка «Домашняя»	3,8	7,9	40	238
Итого:		32,4	31,26	146,9	1037
Всего:	141-18	49,05	49,41	235,9	1630

Директор ООО «Школьник»
Зав. производством
Специалист по ценообразованию

Е.З. Сухова
Т.И. Мордовина

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина