

Меню школьника

Утверждаю
Директор



ООО «Школьник»
по столовой
МАОУ СОШ № города Тамбова
На 10 марта 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
45/45	Филе цыплят, запеченное в соусе	10,6	10,44	2,77	146
150	Рис отварной	3,7	5,8	34,5	208
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
100	Яблоко	0,4	0,00	11,3	46
31,8	Хлеб	1	0,19	7,3	68
Итого:		15,9	16,53	70,87	529

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп лапша домашняя	3,6	3,1	19,2	123
45/45	Филе цыплят, запеченное в соусе	10,6	10,44	2,77	146
150	Рис отварной	3,7	5,8	34,5	208
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
28	Пряник с начинкой	1,6	1,9	19,7	99
27,5	Хлеб	0,9	0,17	6,3	59
Итого:		20,6	21,51	97,47	696

Зам.директора ООО «Школьник»
Зав.производством
Специалист по ценообразованию
Ответственный по питанию

Т.И. Мордовина

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина

Меню школьника

Утверждаю
Директор



ООО «Школьник»
по столовой
МАОУ СОШ № г.Тамбова
На 10 марта 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Кукуруза консервированная	7
40/40	Филе цыплят ,запеченное в соусе	117
140	Рис отварной	195
200	Чай с сахаром	61
17	Хлеб	37
Итого:	110-00	417

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
40/40	Филе цыплят, запеченное в соусе	117
140	Рис отварной	195
200	Чай с сахаром	61
41,9	Хлеб	90
Итого:	110-00	586

Зам.директора ООО «Школьник»
Зав.производством
Специалист по ценообразованию
Ответственный по питанию

Баранова
Мордовина

Т.П.Баранова
Т.И.Мордовина

Меню школьника

Утверждаю
Директор



ООО «Школьник»
по столовой
МАОУ СОШ № г.Тамбова
На 10 марта 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
20/20	Филе цыплят, запеченное в соусе	65
100	Рис отварной	139
200	Чай с сахаром	61
33	Хлеб	71
Итого:	57-00	459

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/56	Сосиска в тесте	242
200	Сок фруктовый	86
Итого:	40-00	328

Зам.директора ООО «Школьник»
Зав.производством
Специалист по ценообразованию
Ответственный по питанию

Мордовина

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина

Меню школьника

Утверждаю
Директор



ООО «Школьник»
по столовой
МАОУ СОШ № города Тамбова
На 10 марта 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
80	Котлета по- домашнему	172
110	Картофельное пюре	107
180	Компот из яблок	117
31,4	Хлеб	68
Итого:	110-00	587

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/45	Сосиска в тесте	242
180	Сок фруктовый	77
13	Печенье «Земляничное»	58
Итого:	50-00	377

Зам.директора ООО «Школьник»
Зав.производством
Специалист по ценообразованию
Ответственный по питанию

Мордовина

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина

Меню школьника

Утверждаю
Директор



ООО «Школьник»
по столовой
(Бокино)
На 10 марта 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
Итого:					

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп лапша домашняя	3,6	3,1	19,2	123
90	Наггетсы	13,7	11,12	12,7	204
150	Рис отварной	3,7	5,8	34,5	208
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
16,3	Хлеб	0,5	0,1	3,7	35
Итого:		21,7	20,22	85,1	631

Зам.директора ООО «Школьник»
Зав.производством
Специалист по ценообразованию
Ответственный по питанию

Т.И. Мордовина

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина