

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



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

## Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Кка л
30	Кукуруза консервированная	0,4	0,04	1,3	14
90	Зразы из свинины	11,0	14,2	12	199
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
60	Запеканка из творога	8,9	4,8	29,16	237
200	Сок фруктовый	0,54	0,00	33,6	86
20,4	Хлеб	0,7	0,12	4,7	44
Итого:		26,54	24,16	111,76	772

## Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Рассольник ленинградский	2	2	13,4	82
90	Зразы из свинины	11,0	14,2	12	199
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
60	Запеканка из творога	8,9	4,8	29,16	237
180	Сок фруктовый	0,49	0,00	30,2	77
20	Хлеб	0,65	0,12	4,6	43
Итого:		28,34	26,12	120,36	830

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

*Е.З.Сухова*  
*Я.Е.Фомина*

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



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

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
90	Зразы из свинины	199
190	Макароны отварные	243
60	Запеканка из творога	237
200	Чай с сахаром	61
33	Хлеб	71
Итого:	110-00	811

## Горячий обед ( 5-11 классы )

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Кукуруза консервированная	7
200	Рассольник ленинградский	82
90	Зразы из свинины	199
190	Макароны отварные	243
200	Чай с сахаром	61
41,2	Хлеб	89
Итого:	110-00	681

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

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



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



## Обед для льготных категорий ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Рассольник ленинградский	82
60	Зразы из свинины	133
120	Макароны отварные	154
200	Чай с сахаром	61
38,2	Хлеб	82
Итого:	57-00	512

## Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
68	Пицца	312
200	Кисель	106
Итого:	40-00	418

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

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



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



## ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Рассольник ленинградский	82
40/40	Гуляш из свинины	137
150	Рис отварной	208
200	Кисель	106
37,6	Хлеб	81
20	Батон	50
<b>Итого:</b>	110-00	664

## ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
78	Пицца	315
200	Чай с сахаром	61
<b>Итого:</b>	50-00	376

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

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина