

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
МАОУ СОШ № города Тамбова  
На 17 января 2025 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда      | Б    | Ж     | У     | Ккал<br>л |
|---------------|-------------------------|------|-------|-------|-----------|
| 60            | Огурец консервированный | 0,4  | 0,04  | 1,3   | 14        |
| 90            | Шарики мясные «Колобок» | 12   | 12,6  | 9,2   | 198       |
| 150           | Картофельное пюре       | 3,1  | 5,1   | 26,2  | 147       |
| 200           | Кофейный напиток        | 5,9  | 6,75  | 9,91  | 122       |
| 15            | Батон                   | 1,1  | 0,4   | 7,7   | 38        |
| 22,3          | Хлеб                    | 0,7  | 0,13  | 5,1   | 48        |
|               |                         |      |       |       |           |
| Итого:        |                         | 23,2 | 25,02 | 59,41 | 567       |

## Горячий обед (1-4 классы)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда           | Б    | Ж     | У     | Ккал |
|---------------|------------------------------|------|-------|-------|------|
|               |                              |      |       |       |      |
| 200           | Суп картофельный с чечевицей | 4,6  | 2,5   | 15,4  | 104  |
| 90            | Шарики мясные «Колобок»      | 12   | 12,6  | 9,2   | 198  |
| 150           | Картофельное пюре            | 3,1  | 5,1   | 26,2  | 147  |
| 180           | Кофейный напиток             | 5,3  | 6,08  | 8,92  | 110  |
| 17            | Хлеб                         | 0,6  | 0,1   | 3,9   | 37   |
| Итого:        |                              | 25,6 | 26,38 | 63,62 | 596  |

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

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
МАОУ СОШ № г.Тамбова  
На 17 января 2025 г.

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда      | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|-------------------------|----------------------------------|
| 80            | Шарики мясные «Колобок» | 176                              |
| 180           | Картофельное пюре       | 176                              |
| 200           | Чай с сахаром           | 61                               |
| 44            | Хлеб                    | 95                               |
| Итого:        | 110-00                  | 508                              |

## Горячий обед ( 5-11 классы )

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда           | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|------------------------------|----------------------------------|
| 180           | Суп картофельный с чечевицей | 94                               |
| 80            | Шарики мясные «Колобок»      | 176                              |
| 100           | Картофельное пюре            | 98                               |
| 200           | Чай с сахаром                | 61                               |
| 32            | Хлеб                         | 69                               |
| Итого:        | 110-00                       | 498                              |

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

*Е.З.Сухова*  
*Т.И.Мордовина*

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
МАОУ СОШ № г.Тамбова  
На 17 января 2025 г.

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

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда           | Энергетическая<br>ценность (Ккал) |
|---------------|------------------------------|-----------------------------------|
| 180           | Суп картофельный с чечевицей | 94                                |
| 40            | Шарики мясные «Колобок»      | 88                                |
| 100           | Макароны отварные            | 128                               |
| 200           | Чай с сахаром                | 61                                |
| 37            | Хлеб                         | 80                                |
| Итого:        | 57-00                        | 451                               |

## Полдник ОВЗ

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|--------------------|----------------------------------|
| 60/40         | Сосиска в тесте    | 228                              |
| 180           | Компот из яблок    | 126                              |
| Итого:        | 40-00              | 364                              |

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

Two handwritten signatures in blue ink, one above the other, located between the text and the names of the signatories.

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
МАОУ СОШ № города Тамбова  
На 17 января 2025 г.

## ГПД (Обед)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда             | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|--------------------------------|----------------------------------|
| 180           | Суп картофельный с чечевицей   | 94                               |
| 40/40         | Филе цыплят запеченное в соусе | 130                              |
| 130           | Макаронны отварные             | 166                              |
| 200/7         | Чай с сахаром и лимоном        | 61                               |
| 37,5          | Хлеб                           | 81                               |
| <b>Итого:</b> | <b>110-00</b>                  | <b>532</b>                       |

## ГПД (Полдник)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|--------------------|----------------------------------|
| 53            | Булочка домашняя   | 210                              |
| 180           | Ряженка            | 162                              |
| <b>Итого:</b> | <b>50-00</b>       | <b>372</b>                       |

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

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина