

# Меню Школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
МАОУ СОШ № города Тамбова  
На 5 ноября 2024 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

| Выход, гр. | Наименование блюда              | Б     | Ж     | У     | Ккал |
|------------|---------------------------------|-------|-------|-------|------|
| 50/50      | 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   |
| 130        | Яблоко                          | 0,52  | 0,00  | 14,7  | 60   |
| 26,8       | Хлеб                            | 0,9   | 0,16  | 6,2   | 58   |
| Итого:     |                                 | 15,92 | 16,5  | 73,17 | 533  |

## Горячий обед (1-4 классы)

| Выход, гр. | Наименование блюда              | Б    | Ж     | У      | Ккал |
|------------|---------------------------------|------|-------|--------|------|
| 200        | Суп лапша домашняя              | 3,6  | 3,1   | 19,2   | 123  |
| 50/50      | 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   |
| 39         | Печенье «Слана» земляничное     | 3,0  | 6,45  | 25,65  | 174  |
| 36         | Хлеб                            | 1,2  | 0,22  | 8,3    | 77   |
| Итого:     |                                 | 22,3 | 26,11 | 105,42 | 789  |

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

Т.П.Баранова

Я.Е.Фомина

# Меню Школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
МАОУ СОШ № г.Тамбова  
На 5 ноября 2024 г.

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда              | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|---------------------------------|----------------------------------|
| 50/50         | Филе цыплят ,запеченное в соусе | 146                              |
| 180           | Рис отварной                    | 250                              |
| 200           | Чай с сахаром                   | 61                               |
| 18            | Хлеб                            | 39                               |
| Итого:        | 110-00                          | 496                              |

## Горячий обед ( 5-11 классы )

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда              | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|---------------------------------|----------------------------------|
| 250           | Суп лапша домашняя              | 154                              |
| 40/40         | Филе цыплят, запеченное в соусе | 117                              |
| 180           | Рис отварной                    | 250                              |
| 200           | Чай с сахаром                   | 61                               |
| 41,5          | Хлеб                            | 89                               |
| Итого:        | 110-00                          | 671                              |

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

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Т.П. Баранова'.

Т.П.Баранова

Я.Е.Фомина

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
МАОУ СОШ № г.Тамбова  
На 5 ноября 2024 г.

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

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда              | Энергетическая<br>ценность (Ккал) |
|---------------|---------------------------------|-----------------------------------|
| 200           | Суп лапша домашняя              | 123                               |
| 25/25         | Филе цыплят, запеченное в соусе | 73                                |
| 100           | Рис отварной                    | 139                               |
| 200           | Чай с сахаром                   | 61                                |
| 27,5          | Хлеб                            | 59                                |
| Итого:        | 57-00                           | 455                               |

## Полдник ОВЗ

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда         | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|----------------------------|----------------------------------|
| 50/50         | Котлета в тесте из свинины | 242                              |
| 200           | Компот из яблок            | 130                              |
| Итого:        | 40-00                      | 372                              |

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

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Т.П. Баранова'.

Т.П.Баранова

Я.Е.Фомина

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
МАОУ СОШ № города Тамбова  
На 5 ноября 2024 г.

## ГПД (Обед)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда      | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|-------------------------|----------------------------------|
| 20            | Огурец консервированный | 5                                |
| 200           | Суп лапша домашняя      | 123                              |
| 90            | Котлета по- домашнему   | 193                              |
| 150           | Картофельное пюре       | 147                              |
| 200           | Компот из яблок         | 130                              |
| 37,1          | Хлеб                    | 80                               |
|               |                         |                                  |
| <b>Итого:</b> | 110-00                  | 678                              |

## ГПД ( Полдник)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда         | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|----------------------------|----------------------------------|
| 50/58         | Котлета в тесте из свинины | 242                              |
| 200           | Сок фруктовый              | 86                               |
|               |                            |                                  |
|               |                            |                                  |
| <b>Итого:</b> | 50-00                      | 328                              |

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

Т.П.Баранова

Я.Е.Фомина

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
(Бокино)  
На 5 ноября 2024 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда | Б | Ж | У | Ккал<br>л |
|---------------|--------------------|---|---|---|-----------|
|               |                    |   |   |   |           |
|               |                    |   |   |   |           |
|               |                    |   |   |   |           |
|               |                    |   |   |   |           |
|               |                    |   |   |   |           |
|               |                    |   |   |   |           |
|               |                    |   |   |   |           |
| Итого:        |                    |   |   |   |           |

## Горячий обед (1-4 классы)

| Выход,<br>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   |
| 26            | Печенье «Слана» земляничное | 4    | 6,3   | 15,3  | 115  |
| 40            | Хлеб                        | 1,3  | 0,24  | 9,2   | 86   |
| Итого:        |                             | 26,5 | 26,66 | 105,9 | 797  |

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

Т.П.Баранова

Я.Е.Фомина