

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
МАОУ СОШ № города Тамбова  
На 6 ноября 2024 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда                    | Б     | Ж     | У    | Кка<br>л |
|---------------|---------------------------------------|-------|-------|------|----------|
| 90            | Котлета по-домашнему                  | 12,6  | 12,6  | 7,2  | 193      |
| 150           | Макаронны отварные                    | 5,3   | 5,0   | 31   | 192      |
| 200           | Чай с сахаром                         | 0,2   | 0,1   | 15   | 61       |
| 110           | Банан                                 | 0,44  | 0,0   | 12,4 | 51       |
| 14            | Конфеты «Милкидс» с молочной начинкой | 0,5   | 0,4   | 10   | 62       |
| 44            | Хлеб                                  | 1,4   | 0,26  | 10,1 | 95       |
| Итого:        |                                       | 20,44 | 18,36 | 85,7 | 654      |

## Горячий обед (1-4 классы)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда                  | Б    | Ж     | У      | Ккал |
|---------------|-------------------------------------|------|-------|--------|------|
| 200           | Суп картофельный с рисом и горбушей | 7,9  | 14,75 | 22,44  | 145  |
| 90            | Котлета по-домашнему                | 12,6 | 12,6  | 7,2    | 193  |
| 160           | Макаронны отварные                  | 5,7  | 5,3   | 33     | 205  |
| 200           | Чай с сахаром                       | 0,2  | 0,1   | 15     | 61   |
| 45            | Хлеб                                | 1,5  | 0,27  | 10,4   | 97   |
| 28            | Пряник с начинкой                   | 1,6  | 1,9   | 19,7   | 99   |
| Итого:        |                                     | 29,5 | 34,92 | 107,74 | 800  |

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 6 ноября 2024 г.

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда    | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|-----------------------|----------------------------------|
| 30            | Помидор свежий        | 7                                |
| 90            | Котлета по- домашнему | 193                              |
| 170           | Макароны отварные     | 217                              |
| 110           | Банан                 | 51                               |
| 200           | Чай с сахаром         | 61                               |
| 21            | Хлеб                  | 45                               |
| Итого:        | 110-00                | 574                              |

## Горячий обед ( 5-11 классы )

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда                  | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| 200           | Суп картофельный с рисом и горбушей | 145                              |
| 80            | Котлета по -домашнему               | 172                              |
| 100           | Макароны отварные                   | 128                              |
| 200           | Чай с сахаром                       | 61                               |
| 26,7          | Хлеб                                | 57                               |
| Итого:        | 110-00                              | 563                              |

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 6 ноября 2024 г.

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

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда       | Энергетическая<br>ценность (Ккал) |
|---------------|--------------------------|-----------------------------------|
| 30            | Помидор свежий           | 7                                 |
| 200           | Суп картофельный с рисом | 116                               |
| 50            | Котлета по- домашнему    | 107                               |
| 150           | Макароны отварные        | 192                               |
| 200           | Чай с сахаром            | 61                                |
| 40,5          | Хлеб                     | 87                                |
|               |                          |                                   |
| Итого:        | 57-00                    | 570                               |

## Полдник ОВЗ

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда       | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|--------------------------|----------------------------------|
|               |                          |                                  |
| 71            | Ватрушка с сыром и яйцом | 281                              |
| 200           | Компот из яблок          | 130                              |
|               |                          |                                  |
|               |                          |                                  |
|               |                          |                                  |
| Итого:        | 40-00                    | 411                              |

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

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Е.З. Сухова'.

Е.З.Сухова

Я.Е. Фомина

# Меню школьника

Утверждаю  
Директор



ООО «Школьник»  
по столовой  
МАОУ СОШ № города Тамбова  
На 6 ноября 2024 г.

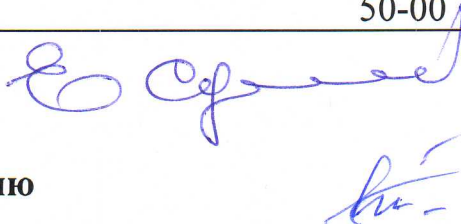
## ГПД (Обед)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда                  | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| 200           | Суп картофельный с рисом и горбушей | 145                              |
| 50/50         | Тефтели                             | 152                              |
| 120           | Каша гречневая                      | 213                              |
| 180           | Компот из яблок                     | 117                              |
| 24,2          | Хлеб                                | 52                               |
| <b>Итого:</b> | <b>110-00</b>                       | <b>679</b>                       |

## ГПД (Полдник)

| Выход,<br>гр. | Наименование блюда | Энергетическая<br>ценность(Ккал) |
|---------------|--------------------|----------------------------------|
| 45/50         | Колбаса в тесте    | 240                              |
| 200           | Кофейный напиток   | 122                              |
| <b>Итого:</b> | <b>50-00</b>       | <b>362</b>                       |

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



Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина