

Меню школьника

Утверждаю
Директор



ООО «Школьник»
по столовой
МАОУ СОШ № города Тамбова
На 9 января 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Зеленый горошек консервированный	0,4	0,04	1,3	14
190/5	Пельмени отварные с маслом	14,7	17,5	27,8	324
200	Компот из яблок	0,6	0,0	30	130
21,6	Хлеб	0,7	0,13	5,0	46
Итого:		16,4	17,67	64,1	514

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Борщ с картофелем и капустой	2	2,2	10,6	68
190/5	Пельмени отварные с маслом	14,7	17,5	27,8	324
200	Компот из яблок	0,6	0,0	30	130
26	Печенье «Земляничное»	2,0	4,3	17,1	116
58	Хлеб	1,9	0,35	13,3	125
Итого:		21,2	24,35	98,8	763

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 9 января 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Зеленый горошек консервированный	7
190/5	Пельмени отварные с маслом	324
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
39	Хлеб	84
Итого:	110-00	476

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
190/3	Пельмени отварные с маслом	324
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
33	Хлеб	71
Итого:	110-00	524

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 9 января 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
100/3	Пельмени отварные с маслом	203
200	Чай с сахаром	61
30,2	Хлеб	65
Итого:	57-00	397

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/33	Бутерброд с колбасой п/к	290
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
Итого:	40-00	351

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 9 января 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
108/50	Голубцы ленивые	294
150	Картофельное пюре	139
180	Сок фруктовый	77
45,7	Хлеб	98
Итого:	110-00	676

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
80	Пицца	347
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
Итого:	50-00	408

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
(Бокино)
На 9 января 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	Борщ из свежей капусты с картофелем	2	2,2	10,6	68
40/200	Плов из свинины	14,7	17,5	27,8	324
200	Компот из яблок	0,6	0	30	130
52	Печенье «Слана» земляничное	4	8,6	34,2	232
43,2	Хлеб	1,4	0,26	9,9	93
Итого:		22,7	28,56	112,5	847

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

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина