

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю
Директор МАОУ «Лицей № 21»
В.Г. Рудник

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 12 марта 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Кукуруза консервированная	0,4	0,04	1,3	14
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Макароны отварные	5,3	5,0	31	192
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
Шт.	Мини Маффины	0,75	0,6	15	93
32,6	Хлеб	1,1	0,2	7,5	70
Итого:		20,35	19,44	77	623

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	7,9	4,75	12,44	116
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Макароны отварные	5,3	5,0	31	192
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
20	Хлеб	0,65	0,12	4,6	43
Итого:		26,65	22,57	70,24	605

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

Мордовина
Сухова

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю
Директор МАОУ «Лицей № 21»
В.Г. Рудник

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 12 марта 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Кукуруза консервированная	7
80	Котлета по- домашнему	172
180	Макаронны отварные	230
100	Яблоко	46
200	Чай с сахаром	61
29,3	Хлеб	63
Итого:	110-00	579

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	116
80	Котлета по -домашнему	172
130	Макаронны отварные	166
200	Чай с сахаром	61
20	Хлеб	43
Итого:	110-00	558

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

Мордовина
Сухова

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю
Директор МАОУ «Лицей № 21»
В.Г. Рудник

МУП «ШКОЛЬНИК»
по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 12 марта 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	116
40	Котлета по- домашнему	86
100	Макароны отварные	128
200	Чай с сахаром	61
20	Хлеб	43
Итого:	57-00	434

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
53	Ватрушка с сыром и яйцом	210
180	Компот из яблок	117
Итого:	40-00	327

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

Мордовина
Сухова

Е.З.Сухова
...
Т.И.Мордовина
...

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю
Директор МАОУ «Лицей № 21»
В.Г. Рудник

МУП «Школьник»
по столовой
МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 12 марта 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	116
50/50	Тефтели	152
130	Каша гречневая	231
200	Чай с сахаром	61
20	Хлеб	43
Итого:	110-00	603

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
40/50	Колбаса в тесте	240
200	Кофейный напиток	122
Итого:	50-00	362

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

Мордовина
В.Г. Рудник

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина