

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 13 марта 2025 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
45	Помидор свежий	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
26,8	Хлеб	0,9	0,16	6,2	58
Итого:		16,6	17,7	65,3	526

## 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
54,4	Хлеб	1,8	0,33	12,5	117
Итого:		19,1	20,03	80,9	639

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 МАОУ «Лицей № 21»  
*В.Г. Рудник*

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 13 марта 2025 г.

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
25	Помидор свежий	6
190/4	Пельмени отварные с маслом	284
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
30,8	Хлеб	66
Итого:	110-00	417

## Горячий обед ( 5-11 классы )

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
190	Пельмени отварные	284
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
27,9	Хлеб	60
Итого:	110-00	473

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

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 13 марта 2025 г.

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

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
100	Пельмени отварные	162
200	Чай с сахаром	61
40,6	Хлеб	87
Итого:	57-00	378

## Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/31	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*  
*Т.И. Мордовина*

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 13 марта 2025 г.

## ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
108/50	Голубцы ленивые	294
120	Картофельное пюре	110
200	Чай с сахаром	61
29,6	Хлеб	64
<b>Итого:</b>	110-00	597

## ГПД (Полдник)

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

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

*Е.З. Сухова*  
*Т.И. Мордовина*

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина

