

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 14 марта 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
20	Огурец свежий	0,4	0,04	1,3	14
90	Шарики мясные «Колобок»	12	12,6	9,2	198
150	Картофельное пюре	3,1	5,1	26,2	147
200	Кофейный напиток	5,9	6,75	9,91	122
21	Хлеб	0,7	0,13	4,8	45
Итого:		22,1	24,62	51,41	526

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп картофельный с чечевицей	4,6	2,5	15,4	104
90	Шарики мясные «Колобок»	12	12,6	9,2	198
150	Картофельное пюре	3,1	5,1	26,2	147
180	Кофейный напиток	5,3	6,08	8,92	110
18	Хлеб	0,6	0,1	3,9	37
Итого:		25,6	26,38	63,62	596

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 14 марта 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
20	Огурец свежий	5
80	Шарики мясные «Колобок»	176
130	Картофельное пюре	127
200	Чай с сахаром	61
15	Хлеб	32
Итого:	110-00	401

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
180	Суп картофельный с чечевицей	94
80	Шарики мясные «Колобок»	176
100	Картофельное пюре	98
200	Чай с сахаром	61
15	Хлеб	32
Итого:	110-00	461

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 14 марта 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп картофельный с чечевицей	104
40	Шарики мясные «Колобок»	88
100	Макаронны отварные	128
200	Чай с сахаром	61
32,6	Хлеб	70
Итого:	57-00	451

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/40	Сосиска в тесте	228
180	Компот из яблок	126
Итого:	40-00	364

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 14 марта 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
180	Суп картофельный с чечевицей	94
40/40	Филе цыплят запеченное в соусе	130
130	Макароны отварные	166
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
23,2	Хлеб	50
Итого:	110-00	501

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
52	Булочка домашняя	203
180	Ряженка	162
Итого:	50-00	365

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

Е.З. Сухова
Т.И. Мордовина

Е.З.Сухова
..
Т.И.Мордовина
..