

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 15 мая 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Кка л
45	Помидор свежий	0,4	0,04	1,3	14
50/50	Тефтели	7,4	9,1	9,9	152
150	Каша гречневая	8,6	7,0	42,0	267
200	Компот из клубники	0,6	0	30,8	130
120	Апельсин	0,48	0,00	13,6	55
18,4	Хлеб	0,6	0,11	4,2	40
Итого:		18,08	16,25	101,8	658

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
50/50	Тефтели	7,4	9,1	9,9	152
150	Каша гречневая	8,6	7,0	42,0	267
180	Компот из клубники	0,5	0	27,7	117
110	Яблоко	0,44	0,00	12,5	51
38,6	Хлеб	1,3	0,23	8,9	83
Итого:		20,24	18,53	111,6	738

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

С.А. Кондратьева
Т.И. Мордовина
А.Ю. Голубцова

Е.З.Сухова
С.А. Кондратьева
Т.И.Мордовина
А.Ю. Голубцова

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 15 мая 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
25	Помидор свежий	6
50/50	Тефтели	152
150	Каша гречневая	267
200	Компот из клубники	130
120	Апельсин	55
23,6	Хлеб	51
Итого:	110-00	661

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
50/50	Тефтели	152
130	Каша гречневая	231
200	Компот из клубники	130
26	Печенье «Земляничное»	116
40,8	Хлеб	88
Итого:	110-00	785

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

Е.З.Сухова
С.А. Кондратьева
Т.И.Мордовина
А.Ю. Голубцова

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 15 мая 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
180	Борщ с картофелем и капустой	61
40/50	Тефтели	137
100	Каша гречневая	178
180	Чай с сахаром	55
33,3	Хлеб	72
Итого:	57-00	503

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/50	Сосиска в тесте	228
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
16	Печенье «Слана» земляничное»	58
Итого:	40-00	347

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

С.С. Сухова
С.А. Кондратьева
Т.И. Мордовина
А.Ю. Голубцова

Е.З.Сухова
С.А. Кондратьева
Т.И.Мордовина
А.Ю. Голубцова

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 15 мая 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
50	Котлета по-домашнему	108
120	Картофельное пюре	117
200	Чай с сахаром	61
47,5	Хлеб	102
Итого:	110-00	456

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
69	Булочка «Школьная»	273
180	Йогурт	162
Итого:	50-00	435

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

Е.З. Сухова
С.А. Кондратьева
Т.И. Мордовина
А.Ю. Голубцова

Е.З.Сухова
С.А. Кондратьева
Т.И.Мордовина
А.Ю. Голубцова

Меню школьника

Утверждаю
Директор



ООО «Школьник»
по столовой
(Бокино)
На 15 мая 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал л
Итого:					

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
90	Котлеты по -домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Каша гречневая	8,6	7	42	267
200	Компот из клубники	0,6	0,00	4,8	130
26	Печенье «Земляничное»	2,0	4,3	17,1	116
43,7	Хлеб	1,4	0,26	10,1	94
Итого:		27,2	26,36	91,8	868

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

Е.З.Сухова
Т.И.Мордовина

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина