

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 21 марта 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал л
90	Палочки куриные	11,0	14,2	12	199
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
50	Запеканка из творога	7,4	4,0	24,3	198
200	Сок фруктовый	0,54	0,00	33,6	86
32,5	Хлеб	1,1	0,2	7,4	70
Итого:		25,34	23,4	108,3	745

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Рассольник ленинградский	2	2	13,4	82
90	Палочки куриные	11,0	14,2	12	199
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
50	Ватрушка с творогом	7,4	4,0	24,3	198
180	Сок фруктовый	0,49	0,00	30,24	77
20	Хлеб	0,65	0,12	4,6	43
Итого:		26,84	25,32	115,54	791

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 МАОУ «Лицей № 21»
В.Г. Рудник

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

На 21 марта 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
80	Палочки куриные	177
150	Макароны отварные	192
50	Запеканка из творога	198
200	Чай с сахаром	61
20	Хлеб	43
Итого:	110-00	671

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
25	Кукуруза консервированная	6
200	Рассольник ленинградский	82
80	Палочки куриные	177
120	Макароны отварные	154
200	Чай с сахаром	61
26,8	Хлеб	58
Итого:	110-00	538

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 21 марта 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Рассольник ленинградский	82
40	Палочки куриные	89
110	Макароны отварные	141
200	Чай с сахаром	61
36,9	Хлеб	79
Итого:	57-00	452

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
56	Пицца	262
200	Кисель	106
Итого:	40-00	368

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 МАОУ «Лицей № 21»
В.Г. Рудник

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

На 21 марта 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Рассольник ленинградский	82
35/35	Гуляш из свинины	120
130	Рис отварной	180
180	Кисель	95
39,8	Хлеб	86
Итого:	110-00	563

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
70	Пицца	283
200	Чай с сахаром	61
Итого:	50-00	344

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