

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 22 апреля 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Кка л
60	Огурец свежий	0,4	0,04	1,3	14
45/45	Филе окорочка , запеченное в соусе	10,60	10,44	2,77	146
150	Каша гречневая	8,6	7	42	267
200	Кисель	0,00	0,00	26,8	106
18	Хлеб	0,6	0,11	4,1	39
15	Батон	1,1	0,4	7,7	38
Итого:		21,3	17,99	84,67	610

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп из овощей с зеленым горошком	1,8	2,2	7,2	54
45/45	Филе окорочка , запеченное в соусе	10,6	10,44	2,77	146
150	Каша гречневая	8,6	7	42	267
200	Кисель	0,00	0,00	26,8	106
43,2	Хлеб	1,4	0,26	9,9	93
Итого:		22,4	19,9	88,67	666

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 22 апреля 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Огурец свежий	7
40/40	Филе окорочка , запеченное в соусе	130
160	Каша гречневая	285
200	Кисель	106
26,5	Хлеб	57
	110-00	585
Итого:		

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей с зеленым горошком	54
35/35	Филе окорочка , запеченное в соусе	114
100	Каша гречневая	178
200	Кисель	106
27,3	Хлеб	59
	110-00	511
Итого:		

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

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 22 апреля 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
180	Суп из овощей с зеленым горошком	49
20/20	Филе окорочка , запеченное в соусе	65
100	Каша гречневая	178
200	Чай с сахаром	61
15	Хлеб	32
Итого:	57-00	385

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
71	Пицца	291
200	Чай с сахаром	61
Итого:	40-00	352

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 22 апреля 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей с зеленым горошком	54
45	Наггетсы куриные	145
150	Булгур отварной	208
200	Чай с сахаром	61
39,4	Хлеб	85
13	Печенье «Земляничное»	58
Итого:	110-00	611

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
55	Булочка «Домашняя»	218
180	Ряженка	153
Итого:	50-00	371

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

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