

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 30 января 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал Л
45	Помидор свежий	0,4	0,04	1,3	14
40/200	Плов из свинины	14,7	17,5	27,8	324
200	Компот из яблок	0,6	0,0	30	130
22	Хлеб	0,7	0,13	5,1	47
Итого:		16,4	17,67	64,2	515

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
40/200	Плов из свинины	14,7	17,5	27,8	324
200	Компот из яблок	0,6	0,0	30	130
49,5	Хлеб	1,6	0,3	11,4	106
20	Батон	1,5	0,5	10,3	50
Итого:		20,4	20,5	90,1	678

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

Е.З. Сухова
Г.И. Мордовина

Е.З.Сухова

Г.И.Мордовина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 30 января 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
40/200	Плов из свинины	324
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
17	Хлеб	37
26	Печенье «Земляничное»	116
Итого:	110-00	538

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
35/175	Плов из свинины	284
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
22,7	Хлеб	49
Итого:	110-00	462

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 30 января 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
20/100	Плов из свинины	162
200	Чай с сахаром	61
15	Хлеб	32
Итого:	57-00	323

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

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 30 января 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
108/50	Голубцы ленивые	294
140	Картофельное пюре	130
200	Чай с сахаром	61
36,2	Хлеб	78
Итого:	110-00	631

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
70	Пицца	304
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
Итого:	50-00	365

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

Е.3.Сухова

Т.И.Мордовина