

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 31 марта 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
90	Наггетсы куриные	13,7	6,12	12,7	204
150	Макароны отварные	5	5	31	192
200	Чай с сахаром	1	0	15	61
23	Вафельный десерт «Веселый Тоша»	0,5	0,4	10	62
33,2	Хлеб	1,1	0,2	7,6	71
Итого:		21,3	11,72	76,3	590

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200/15	Суп картофельный с горохом и гренками	5	3	15	104
90	Наггетсы куриные	13,7	6,12	12,7	204
150	Макароны отварные	5	5	31	192
200	Чай с сахаром	1	0	15	61
15	Хлеб	0,5	0,1	3,7	35
Итого:		25,2	14,22	77,4	596

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 31 марта 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60	Икра кабачковая	14
68	Наггетсы куриные	153
170	Макароны отварные	218
200	Чай с сахаром	61
29,8	Хлеб	64
30	Батон	75
Итого:	110-00	585

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200/15	Суп картофельный с горохом и гренками	105
68	Наггетсы куриные	153
110	Макароны отварные	141
200	Чай с сахаром	61
41,1	Хлеб	88
Итого:	110-00	548

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 31 марта 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход,гр	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
180	Суп картофельный с горохом	94
45	Наггетсы куриные	83
100	Макароны отварные	128
180	Чай с сахаром	55
15	Хлеб	32
Итого:	57-00	392

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50	Ватрушка с сыром и яйцом	198
200	Компот из яблок	130
Итого:	40-00	328

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 31 марта 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200/15	Суп картофельный гороховый с гренками	104
160/2	Пельмени отварные с маслом	324
180	Компот из яблок	117
22,8	Хлеб	49
Итого:	110-00	594

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/78	Сосиска в тесте	242
200	Сок фруктовый	77
Итого:	50-00	319

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