

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 3 апреля 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
30	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 вишни	0,6	0	30,8	130
110	Яблоко	0,44	0,00	12,4	51
39	Хлеб	1,3	0,23	9,0	84
Итого:		18,74	16,37	105,4	698

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
200	Компот из вишни	0,6	0	30,8	130
110	Яблоко	0,44	0,00	12,4	51
24,7	Хлеб	0,8	0,15	5,7	53
Итого:		19,84	18,45	111,4	721

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 3 апреля 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
20	Помидор свежий	5
50/50	Тефтели	152
110	Каша гречневая	195
200	Компот из вишни	130
110	Яблоко	51
22,4	Хлеб	48
Итого:	110-00	581

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
50/50	Тефтели	152
160	Каша гречневая	284
200	Компот из вишни	130
20	Батон	50
43	Хлеб	92
Итого:	110-00	776

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 3 апреля 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
40/50	Тефтели	137
100	Каша гречневая	178
200	Чай с сахаром	61
36	Хлеб	77
Итого:	57-00	521

Полдник ОВЗ

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

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 3 апреля 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
70	Котлета по-домашнему	150
130	Картофельное пюре	127
200	Чай с сахаром	61
25	Хлеб	54
Итого:	110-00	460

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