

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 4 марта 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Помидор свежий	0,4	0,04	1,3	14
45/45	Гуляш из свинины	11	9	10	154
150	Булгур отварной	5	6	34	208
200	Компот из яблок	1	0	20	130
20,4	Хлеб	0,65	0,12	4,7	44
Итого:		18,05	15,16	70	550

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Щи из свежей капусты с картофелем	2	2	7	57
45/45	Гуляш из свинины	11	9	10	154
150	Булгур отварной	5	6	34	208
200	Компот из яблок	1	0	20	130
26	Печенье «Земляничное»	2	4,3	17,1	116
30,4	Хлеб	1	0,18	7	65
Итого:		22	21,48	95,1	730

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

Мордовина
Т.П. Баранова

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 4 марта 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Помидор свежий	7
35/35	Гуляш из свинины	120
150	Булгур отварной	208
200	Компот из яблок	130
36,4	Хлеб	78
Итого:	110-00	543

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
35/35	Гуляш из свинины	120
120	Булгур отварной	167
200	Компот из яблок	130
29,7	Хлеб	64
Итого:	110-00	535

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

Мордовина
Т.И.

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 4 марта 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
20/20	Гуляш из свинины	69
100	Булгур отварной	139
200	Чай с сахаром	61
15	Хлеб	32
Итого:	57-00	355

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
75	Пицца	301
200	Чай с сахаром	61
Итого:	40-00	362

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

Мордовина
Баранова

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 4 марта 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50	Икра кабачковая	12
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
90	Зразы рубленые из свинины	198
140	Каша гречневая	249
200	Чай с сахаром	61
28,2	Хлеб	61
15	Батон	38
Итого:	110-00	673

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
69	Булочка «Школьная»	273
180	Йогурт	126
Итого:	50-00	399

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

Т.П. Баранова
Т.И. Мордовина

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина