

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 7 мая 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
40	Помидор свежий	0,4	0,04	1,3	14
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Макароны отварные	5,3	5,0	31	192
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
50	Запеканка из творога	7,4	4	24,3	198
36,8	Хлеб	1,2	0,22	8,5	79
Итого:		27,1	21,96	87,3	737

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	7,9	4,75	12,44	116
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Макароны отварные	5,3	5,0	31	192
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
20	Хлеб	0,65	0,12	4,6	43
Итого:		26,65	22,57	70,24	605

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 7 мая 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60	Помидор свежий	14
80	Котлета по- домашнему	172
180	Макароны отварные	230
200	Чай с сахаром	61
30	Хлеб	65
Итого:	110-00	542

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	116
80	Котлета по -домашнему	172
130	Макароны отварные	166
200	Чай с сахаром	61
20	Хлеб	43
Итого:	110-00	558

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 7 мая 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	116
40	Котлета по- домашнему	86
100	Макароны отварные	128
200	Чай с сахаром	61
20	Хлеб	43
Итого:	57-00	434

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
63	Ватрушка с сыром и яйцом	265
200	Компот из яблок	130
Итого:	40-00	395

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 7 мая 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
180	Суп картофельный с рисом и горбушей	104
108/50	Голубцы ленивые	294
100	Картофель отварной	93
200	Чай с сахаром	61
20	Хлеб	43
Итого:	110-00	595

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
40/60	Колбаса в тесте	240
200	Кофейный напиток	122
Итого:	50-00	362

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

С.А. Кондратьева
Т.И. Мордовина
А.Ю. Голубцова

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