

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 8 апреля 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Огурец свежий	0,4	0,04	1,3	14
45/45	Филе окорочка , запеченное в соусе	10,60	10,44	2,77	146
150	Каша гречневая	8,6	7	42	267
200	Кисель	0,00	0,00	26,8	106
19,1	Хлеб	0,6	0,11	4,4	41
26	Печенье «Земляничное»	2	4,3	17,1	116
Итого:		22,2	21,89	94,37	690

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп из овощей с зеленым горошком	1,8	2,2	7,2	54
45/45	Филе окорочка , запеченное в соусе	10,6	10,44	2,77	146
150	Каша гречневая	8,6	7	42	267
200	Кисель	0,00	0,00	26,8	106
30,2	Хлеб	1,0	0,18	6,9	65
Итого:		22	19,82	85,67	638

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 8 апреля 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50	Огурец свежий	12
40/40	Филе окорочка , запеченное в соусе	130
140	Каша гречневая	249
200	Кисель	106
27,4	Хлеб	59
Итого:	110-00	556

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей с зеленым горошком	54
35/35	Филе окорочка , запеченное в соусе	114
100	Каша гречневая	178
180	Кисель	95
24,8	Хлеб	53
Итого:	110-00	494

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 8 апреля 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
180	Суп из овощей с зеленым горошком	49
20/20	Филе окорочка , запеченное в соусе	65
100	Каша гречневая	178
200	Чай с сахаром	61
15	Хлеб	32
Итого:	57-00	385

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
70	Пицца	291
200	Чай с сахаром	61
Итого:	40-00	352

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 8 апреля 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей с зеленым горошком	54
45	Наггетсы куриные	145
140	Булгур отварной	194
200	Чай с сахаром	61
41,1	Хлеб	88
13	Печенье «Земляничное»	58
Итого:	110-00	600

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
52	Булочка «Домашняя»	206
180	Ряженка	153
Итого:	50-00	359

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

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