

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

12

2024

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
70	Огурец свежий	0,5	0,05	1,6	8
40/200	Плов	14,7	17,5	27,8	324
200	Компот из вишни	0,6	0,0	30	130
шт	Мини маффины	0,75	0,6	15	93
67,5	Хлеб	2,2	0,4	15	145
Итого:		18,75	18,55	89,4	700

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Огурец свежий	0,45	0,04	1,35	7
200	Борщ с картофелем и капустой	2	2,2	10,6	68
40/200	Плов	14,7	17,5	27,8	324
200	Компот из вишни	0,6	0,0	30	130
39	Печенье «Слана» земляничное	7	6	25	171
26,3	Хлеб	0,85	0,16	6	56
Итого:		25,6	25,9	100,75	756

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

Т.П.Баранова

Н.И.Быкова

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»
по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

12

2024

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
60	Огурец свежий	7
200	Борщ с картофелем и капустой	68
20/100	Плов	129
200	Чай с сахаром	61
13	Печенье «Слана» земляничное	57
26	Хлеб	55
Итого:	57-00	377

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
70/50	Котлета в тесте из курицы	290
200	Чай с лимоном	61
Итого:	40-00	351

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

Т.П. Баранова

Н.И. Быкова

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

12

2024

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Огурец свежий	3
50/250	Плов	400
200	Компот из яблок	130
32,8	Хлеб	70
Итого:	110-00	603

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
40/200	Плов	324
200	Компот из яблок	130
13	Печенье «Слана» земляничное	57
59,3	Хлеб	127
Итого:	110-00	706

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

Т.П.Баранова

Н.И.Быкова

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

12

2024

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
108/50	Голубцы ленивые	294
150	Картофельное пюре	139
200	Сок фруктовый	120
50	Пирожок с повидлом	150
51,9	Хлеб	111
Итого:	110-00	882

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
89	Пицца	390
200	Чай с сахаром и лимоном	61
Итого:	50-00	451

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

Т.И.Баранова

Н.И.Быкова