

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

20

2024

## Горячий завтрак ( 1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал л
60	Помидор свежий	0,04	0,04	1,3	6
90	Палочки куриные	13,8	6,12	12,7	204
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
50	Запеканка из творога	7,4	9	24,30	197
180	Сок фруктовый	0,49	0,00	30,24	77
42,8	Хлеб	1,5	0,64	9,8	92
Итого:		28,53	20,8	109,34	768

## Горячий обед ( 1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Рассольник ленинградский	2	2	13,4	82
90	Палочки куриные	13,8	6,12	12,7	204
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
50	Запеканка из творога	7,4	9	24,3	198
180	Сок фруктовый	0,49	0,00	30,24	77
37	Хлеб	1,3	0,56	8,5	79
Итого:		30,29	22,68	120,14	832

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

Т.И.Баранова

Н.И.Быкова

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

20

2024

## Обед для льготных категорий ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Рассольник ленинградский	82
60	Палочки куриные	135
150	Макароны отварные	191
200	Чай с сахаром	61
38,1	Хлеб	82
Итого:	57-00	551

## Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
75	Пицца	303
200	Кисель	106
Итого:	40-00	409

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

20

2024

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
100	Палочки куриные	226
150	Макароны отварные	192
50	Запеканка из творога	198
200	Чай с сахаром	61
36,9	Хлеб	79
Итого:	110-00	756

## Горячий обед ( 5-11 классы )

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
70	Помидор	7
250	Рассольник ленинградский	102
90	Палочки куриные	203
180	Макароны отварные	230
200	Чай с сахаром	61
27,2	Хлеб	58
Итого:	110-00	661

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

20

2024

## ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Рассольник ленинградский	82
45/45	Гуляш из свинины	154
150	Рис отварной	208
200	Кисель	106
50,2	Хлеб	107
<b>Итого:</b>	110-00	657

## ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
85	Пицца	344
200	Чай с сахаром	61
<b>Итого:</b>	50-00	405

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

Т.П.Баранова

Н.И.Быкова