

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

5

2024

## Горячий завтрак ( 1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Кка л
70	Помидор	0,05	0,05	1,5	7
60/50	Тефтели	8,1	9,1	10	167
160	Каша гречневая	9,17	7,46	45	285
200	Компот из вишни	0,6	0,00	4,8	130
180	Яблоко	0,72	0,00	20	83
34,2	Пряник подушечки с начинкой	1,9	2,3	3,8	99
63	Хлеб	2,05	0,38	14,5	135
Итого:		22,59	19,29	99,6	906

## Горячий обед ( 1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
70	Помидор	0,05	0,05	1,5	7
200	Борщ с картофелем и капустой	2	2,2	10,6	68
60/50	Тефтели	8,1	9,1	10	167
160	Каша гречневая	9,17	7,46	45	285
200	Компот из вишни	0,6	0,0	4,8	130
180	Яблоко	0,72	0,00	20	83
62,8	Хлеб	2,05	0,38	14,5	135
Итого:		22,69	19,19	106,4	875

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

5

2024

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

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
40/50	Тефтели	137
150	Каша гречневая	267
200	Чай с сахаром	61
26,1	Печенье «Слана» земляничное»	114
20	Хлеб	43
Итого:	57-00	690

## Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/50	Сосиска в тесте	228
200	Чай с лимоном	61
27	Печенье «Слана» земляничное»	118
Итого:	40-00	407

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

5

2024

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60	Помидор	7
50/50	Тефтели	152
180	Каша гречневая	320
200	Компот из вишни	130
160	Яблоко	73
26	Печенье «Слана земляничное»	114
43,3	Хлеб	93
Итого:	110-00	889

## Горячий обед ( 5-11 классы )

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
250	Борщ с картофелем и капустой	85
50/50	Тефтели	152
180	Каша гречневая	320
200	Компот из вишни	140
150	Яблоко	68
30,7	Хлеб	66
Итого:	110-00	831

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

5 2024

## ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Борщ с картофелем и капустой	68
190/5	Пельмени	324
200	Чай с лимоном	61
39,9	Хлеб	85
<b>Итого:</b>	110-00	538

## ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
64	Булочка домашняя	256
180	Йогурт	162
<b>Итого:</b>	50-00	418

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

Т.П.Баранова

Н.И.Быкова