

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»
по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

14 2024

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Огурец свежий	0,4	0,04	1,3	7
40/200	Жаркое из свинины	13,04	10	22,4	287
200	Кисель	0	0	26,8	106
26	Хлеб	1,7	0,31	12,0	56
30	Батон	2,25	0,75	15,5	75
Итого:		17,39	11,1	78	531

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп из овощей	1,84	1,84	9	60
40/200	Жаркое из свинины	13,04	10	22,4	287
200	Кисель	0	0	26,8	106
35,7	Хлеб	2,3	0,43	16,4	77
Итого:		17,18	12,27	74,6	530

« »

В.Г. Гудник

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю
Директор МАОУ «Лицей № 21»

 В.Г. Рудник

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

14 2024

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
20	Огурец свежий	2
40/200	Жаркое из свинины	287
200	Чай с сахаром	61
19	Хлеб	41
Итого:	90-00	391

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей	60
35/175	Жаркое из свинины	251
200	Чай с сахаром	61
40	Хлеб	86
15	Батон	38
Итого:	100-00	496

«

»



МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю
Директор МАОУ «Лицей № 21»

В.Г. Рудник
В.Г. Рудник

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

14 2024

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей	60
20/100	Жаркое из свинины	134
200	Чай с сахаром	61
36,3	Хлеб	78
15	Батон	38
Итого:	57-00	371

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
65/91	Сосиска в тесте	284
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
Итого:	40-00	345

« »

В.Г. Рудник
В.Г. Рудник

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю
Директор МАОУ «Лицей № 21»

В.Г. Рудник
В.Г. Рудник

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

14 2024

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей	60
70	Котлета по-домашнему	150
110	Булгур отварной	152
200	Чай с сахаром	61
20,5	Хлеб	44
Итого:	90-00	467

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
65/51	Сосиска в тесте	284
200	Компот из яблок	130
Итого:	45-00	414

« »

В.Г. Рудник
В.Г. Рудник