

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

22 2024 .

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
90	Шницель «Мечта лицеиста»	15,3	11,52	0	219
170	Макароньы отварные	6,1	5,6	35,1	218
200	Компот из яблок	0,6	0	30,8	130
21	Хлеб	1,4	0,25	9,7	45
20	Батон	1,5	0,5	10,3	50
Итого:		24,9	17,87	85,9	662

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Рассольник ленинградский	2	2	13,4	82
80	Шницель «Мечта лицеиста»	15,3	11,52	0	219
150	Макароньы отварные	5,3	5	31	192
200	Компот из яблок	0,6	0	30,8	130
35,2	Хлеб	2,3	0,42	16,2	76
Итого:		25,5	18,94	91,4	699

« »

В.Г. Рудник

..
..
..
..

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

22 2024 .

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.		Энергетическая ценность(Ккал)
90	Котлета из филе цыплят	172
190	Макароны отварные	243
200	Чай с сахаром	61
25,1	Хлеб	54
30	Батон	75
Итого:	90-00	605

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Рассольник ленинградский	82
90	Котлета из филе цыплят	172
160	Макароны отварные	205
200	Чай с сахаром	61
28	Хлеб	60
Итого:	100-00	580

« »

В.Г. Рудник

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

22 2024 .

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Рассольник ленинградский	82
50	Котлета из филе цыплят	146
150	Макаронны отварные	192
200	Чай с сахаром	61
38,2	Хлеб	82
Итого:	57-00	563

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
18	Печенье с овсяными хлопьями	80
170	Ряжёнка	153
Итого:	40-00	233

« »

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

22 2024 .

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Рассольник ленинградский	82
108/50	Голубцы ленивые с соусом красным	294
140	Картофельное пюре	258
200	Чай с сахаром	61
32,4	Хлеб	70
Итого:	90-00	765

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
56	Булочка «Домашняя»	222
170	Ряженка	153
Итого:	45-00	375

«

»

В.Г. Рудник
В.Г. Рудник

••
••
••
••