

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

24

2024

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Огурец свежий	0,4	0,04	1,3	7
90	Котлеты по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Картофельное пюре	3,1	5,1	26,2	147
200	Сок фруктовый	0,49	0	30,24	77
27,5	Хлеб	1,8	0,59	12,7	59
Итого:		18,39	18,33	77,64	483

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
30	Огурец свежий	0,2	0,02	0,65	3,5
200	Суп картофельный с вермишелью	3,1	2,5	20,8	121
90	Котлеты по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Картофельное пюре	3,1	5,1	26,2	147
200	Сок фруктовый	0,49	0	30,24	77
50,6	Хлеб	3,3	0,61	23,3	109
Итого:		22,79	20,83	108,39	650,5

«

»

В.Г. Рудник

••
••
••
••

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

24 2024

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
90	Котлета по-домашнему	172
180	Картофельное пюре	177
200	Чай с сахаром	61
26,8	Хлеб	58
20	Батон	50
Итого:	90-00	518

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с вермишелью	121
90	Котлета по-домашнему	172
180	Картофельное пюре	177
200	Чай с сахаром	61
43,1	Хлеб	93
Итого:	100-00	624

« »

В.Г. Рудник
Директор

..
..
..
..

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

24

2024

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с вермишелью	121
50	Котлета по-домашнему	107
150	Картофельное пюре	147
200	Чай с сахаром	61
42,5	Хлеб	91
Итого:	57-00	527

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
65/98	Сосиска в тесте	284
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
Итого:	40-00	345

« »

В.Г. Рудник

..
..
..
..

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

24

2024

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с вермишелью	121
35/35	Филе цыплят запеченное в соусе	146
120	Булгур отварной	166
200	Чай с сахаром	61
19	Хлеб	41
Итого:	90-00	535

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
65/115	Сосиска в тесте	284
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
Итого:	45-00	345

«

»

В.Г. Гудник
Директор

..
..
..
..