

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

8 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
160	Картофельное пюре	3,3	5,4	27,9	157
200	Сок фруктовый	0,49	0	30,24	77
25,7	Хлеб	1,7	0,31	11,8	55
Итого:		18,49	18,35	78,44	489

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
36,3	Хлеб	2,4	0,44	16,7	78
Итого:		21,89	20,66	101,79	619,5

« »

В.Г. Гудник

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

8 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
26,5	Хлеб	57
30	Батон	75
Итого:	90-00	542

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с вермишелью	121
90	Котлета по-домашнему	172
190	Картофельное пюре	187
200	Чай с сахаром	61
46	Хлеб	99
Итого:	100-00	640

« »

В.Г. Рудник

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

8 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
160	Картофельное пюре	157
200	Чай с сахаром	61
42,7	Хлеб	92
Итого:	57-00	538

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

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

8 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
27,5	Хлеб	59
Итого:	90-00	553

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
65/108	Сосиска в тесте	284
200/7	Чай с сахаром и лимоном	61
Итого:	45-00	345

« »

В.Г. Гудник