

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

17

2024

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Помидор свежий	0,04	0,04	1,3	6
45/45	Гуляш из свинины	11,13	9,2	9,99	154
150	Булгур отварной	4,7	5,8	34,5	208
200	Компот из клубники замороженной	0,6	0,00	20,8	130
160	Яблоко	0,6	0,00	18	73
40,9	Хлеб	1,33	0,25	9,41	88
Итого:		18,4	15,29	94	659

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Щи из свежей капусты с картофелем	1,8	2,2	7,2	54
45/45	Гуляш из свинины	11,13	9,2	9,99	154
150	Булгур отварной	4,7	5,8	34,5	208
200	Компот из клубники замороженной	0,6	0,00	20,8	130
130	Яблоко	0,5	0,00	14,6	59
40,7	Хлеб	1,32	0,24	9,36	87
Итого:		20,05	17,44	96,45	692

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

Т.И. Баранова

Н.И. Быкова

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

17

2024

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
25/25	Гуляш из свинины	86
110	Булгур отварной	153
200	Чай с сахаром	61
28,6	Хлеб	61
Итого:	57-00	415

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
80/50	Котлета в тесте из филе цыплят	315
200	Чай с сахаром	61
Итого:	40-00	376

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

17

2024

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
70	Помидор свежий	7
40/40	Гуляш из свинины	137
170	Булгур отварной	236
200	Компот из клубники замороженной	130
13	Печенье «Слана» земляничное	57
34,6	Хлеб	74
Итого:	110-00	641

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
40/40	Гуляш из свинины	137
160	Булгур отварной	222
200	Компот из клубники замороженной	130
41,6	Хлеб	89
Итого:	110-00	632

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

17 2024

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60	Огурец свежий	7
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
90	Зразы рубленые	199
160	Каша гречневая	285
200	Чай с сахаром	61
42	Хлеб	90
шт	Зефир «Пирожников»	62
Итого:	110-00	758

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
53	Булочка «Школьная»	210
200	Ряженка	180
Итого:	50-00	390

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

Т.П.Баранова

Н.И.Быкова