

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 11 ноября 2024 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
90	Наггетсы	13,7	6,12	12,7	204
150	Макароны отварные	5	5	31	192
200	Чай с сахаром	1	0	15	61
28	Печенье Чокопай «Какао»	0,75	0,6	15	93
26,7	Хлеб	0,9	0,16	6,1	57
Итого:		21,35	11,88	79,8	607

## Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200/15	Суп картофельный гороховый с гречками	5	3	15	104
90	Наггетсы	13,7	6,12	12,7	204
150	Макароны отварные	5	5	31	192
200	Чай с сахаром	1	0	15	61
13	Печенье «Слана» земляничное	1	2,15	8,55	58
34,6	Хлеб	1,1	0,21	8	74
Итого:		26,8	16,48	90,25	693

Директор ООО «Школьник»  
Зав.производством  
Специалист по ценообразованию  
Ответственный по питанию

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 11 ноября 2024 г.

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
90	Наггетсы	204
180	Макароны отварные	230
200	Чай с сахаром	61
18	Хлеб	39
15	Батон	38
Итого:	110-00	572

## Горячий обед ( 5-11 классы )

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200/15	Суп картофельный гороховый с гренками	105
68	Наггетсы	153
180	Макароны отварные	230
200	Чай с сахаром	61
20	Хлеб	43
20	Батон	50
Итого:	110-00	642

Директор ООО «Школьник»  
Зав.производством  
Специалист по ценообразованию  
Ответственный по питанию

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина



# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 11 ноября 2024 г.

## Обед для льготных категорий ( 5-11 классы)

Выход,гр	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп картофельный гороховый	104
45	Наггетсы	83
100	Макароны отварные	128
180	Чай с сахаром	55
15	Хлеб	32
Итого:	57-00	402

## Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
71	Ватрушка с сыром и яйцом	281
200	Компот из яблок	130
Итого:	40-00	411

Директор ООО «Школьник»  
Зав.производством  
Специалист по ценообразованию  
Ответственный по питанию

*Е.З. Сухова*  
*Я.Е. Фомина*

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 11 ноября 2024 г.

## ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200/15	Суп картофельный гороховый с гренками	104
35/175	Жаркое по-домашнему	251
200	Чай с сахаром	61
40,8	Хлеб	88
20	Батон	50
<b>Итого:</b>	110-00	554

## ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/50	Котлета в тесте из свинины	242
200	Сок фруктовый	77
<b>Итого:</b>	50-00	319

Директор ООО «Школьник»  
Зав.производством  
Специалист по ценообразованию  
Ответственный по питанию

*Е.З.Сухова*

*Я.Е.Фомина*