

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 13 ноября 2024 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Кка л
60	Огурец консервированный	0,20	0,02	1,30	7
90	Шницель «Мечта лицеиста»	15,3	11,52	11,7	219
150	Картофельное пюре	3,1	5,1	26,2	147
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
20,7	Хлеб	0,7	0,12	4,8	45
20	Батон	1,5	0,5	10,3	50
Итого:		21	17,36	69,3	529

## Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп картофельный с вермишелью	3,1	2,5	20,8	121
90	Шницель «Мечта лицеиста»	15,3	11,52	11,7	219
150	Картофельное пюре	3,1	5,1	26,2	147
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
37,5	Хлеб	1,2	0,23	8,6	81
20	Батон	1,5	0,5	10,3	50
Итого:		24,4	19,95	92,6	679

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

Е.3.Сухова

Я.Е.Фомина

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 13 ноября 2024 г.

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
70	Шницель «Мечта лицеиста»	170
170	Картофельное пюре	176
200	Сок фруктовый	86
38,7	Хлеб	83
Итого:	110-00	515

## Горячий обед ( 5-11 классы )

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с вермишелью	121
70	Шницель «Мечта лицеиста»	170
100	Картофельное пюре	103
200	Сок фруктовый	86
27,5	Хлеб	59
Итого:	110-00	539

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 13 ноября 2024 г.

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

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с вермишелью	121
45	Котлета из филе цыплят	102
110	Картофельное пюре	113
200	Чай с сахаром	61
27	Хлеб	58
Итого:	57-00	455

## Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
66	Ватрушка с сыром и яйцом	261
200	Сок фруктовый	86
Итого:	40-00	347

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 13 ноября 2024 г.

## ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
20	Помидор свежий	5
200	Суп картофельный с вермишелью	121
35/175	Плов из филе цыплят	284
200	Сок фруктовый	86
24,5	Хлеб	53
<b>Итого:</b>	110-00	549

## ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/77	Сосиска в тесте	228
200	Компот из клубники замороженной	130
<b>Итого:</b>	50-00	358

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

*В.Г. Рудник*  
*Я.Е. Фомина*

*Е.З. Сухова*

*Я.Е. Фомина*