

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

1 2024

## Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Кка л
60	Помидор свежий	1	0	2	5
45/45	Гуляш из свинины	11	9	10	154
150	Булгур отварной	5	6	34	208
200	Компот из клубники замороженной	1	0	20	130
110	Яблоко	2	0	13	50
53,7	Хлеб	2	2	11	115
		22	17	90	662
Итого:					

## Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Щи из свежей капусты с картофелем	2	2	7	57
45/45	Гуляш из свинины	11	9	10	154
150	Булгур отварной	5	6	34	208
200	Компот из клубники замороженной	1	0	20	130
110	Яблоко	1	0	13	50
47,4	Хлеб	1	1	10	101
		21	18	94	700
Итого:					

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

1

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
28,5	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

1

2024

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
40/40	Гуляш из свинины	137
180	Булгур отварной	250
200	Компот из клубники замороженной	130
28	Пряники подушечки с начинкой	57
43	Хлеб	92
Итого:	110-00	666

## 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

1 2024

## ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
80	Огурец свежий	9
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
100	Зразы рубленые	220
160	Каша гречневая	285
200	Чай с сахаром	61
36,5	Хлеб	90
		78
<b>Итого:</b>	110-00	797

## ГПД (Полдник)

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

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

Т.П.Баранова

Н.И.Быкова