

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 22 октября 2024 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Огурец консервированный	0,4	0,04	1,3	14
40/200	Жаркое- по домашнему (из свинины)	13,04	10	22,4	287
200	Кисель	0,00	0,00	26,8	106
110	Яблоко	0,44	0	12,4	51
38,8	Хлеб	1,3	0,23	8,9	83
30	Батон	2,25	0,75	15,5	75
Итого:		17,43	11,02	87,3	616

## Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп из овощей с кукурузой	4,84	8,84	29	60
40/200	Жаркое по -домашнему (из свинины)	13,04	10	22,4	287
200	Кисель	0,00	0,00	26,8	106
110	Яблоко	0,44	0	12,4	51
35,3	Хлеб	1,1	0,21	8,1	76
Итого:		19,42	19,05	98,7	580

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

*Т.П. Баранова*  
*Я.Е. Фомина*

Т.П.Баранова  
..  
Я.Е.Фомина  
..

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 22 октября 2024 г.

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60	Огурец консервированный	14
40/200	Жаркое по -домашнему (из свинины)	287
200	Кисель	106
46,3	Хлеб	100
Итого:	110-00	507

## Горячий обед ( 5-11 классы )

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей с кукурузой	60
40/200	Жаркое по -домашнему	287
200	Чай с сахаром	61
26,2	Хлеб	56
Итого:	110-00	464

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

*Т.П. Баранова*  
*Я.Е. Фомина*

Т.П.Баранова

Я.Е.Фомина



# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 22 октября 2024 г.

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

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп из овощей с кукурузой	60
20/100	Жаркое по -домашнему	134
200	Чай с сахаром	61
35,7	Хлеб	77
Итого:	57-00	332

## Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
85	Пицца	344
200	Чай с сахаром	61
Итого:	40-00	405

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

*Т.П. Баранова*  
*Я.Е. Фомина*

Т.П.Баранова  
Я.Е.Фомина

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 22 октября 2024 г.

## ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей с кукурузой	60
68	Наггетсы	219
120	Булгур отварной	166
200	Чай с сахаром	61
17	Хлеб	37
<b>Итого:</b>	110-00	543

## ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
64	Булочка «Домашняя»	249
180	Йогурт	153
<b>Итого:</b>	50-00	402

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

*Т.П. Баранова*  
*Я.Е. Фомина*

Т.П.Баранова  
Я.Е.Фомина