

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 24 декабря 2024 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал л
60	Помидор свежий	0,4	0,04	1,3	14
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
22,5	Хлеб	0,7	0,14	5,2	48
15		1,1	0,4	7,7	38
Итого:		19,2	15,58	78,2	592

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
39	Печенье «Земляничное»	3,0	5,7	25,65	174
55,3	Хлеб	1,8	0,33	12,7	119
Итого:		22,8	23,03	109,35	842

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 24 декабря 2024 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
20/20	Гуляш из свинины	69
130	Булгур отварной	181
200	Чай с сахаром	61
32,2	Хлеб	69
Итого:	57-00	434

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
86	Пицца	341
200	Чай с сахаром	61
Итого:	40-00	402

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 24 декабря 2024 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
40/40	Гуляш из свинины	137
180	Булгур отварной	264
200	Компот из клубники замороженной	130
27,1	Хлеб	58
26	Печенье «Земляничное»	116
Итого:	110-00	705

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
120	Булгур отварной	167
200	Компот из клубники замороженной	130
31,8	Хлеб	68
Итого:	110-00	556

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 24 декабря 2024 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
75	Икра кабачковая	18
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
90	Зразы рубленые из свинины	198
150	Каша гречневая	267
200	Чай с сахаром	61
39,7	Хлеб	85
Итого:	110-00	683

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
64	Булочка «Домашняя»	253
180	Йогурт	126
Итого:	50-00	379

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

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина