

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 3 декабря 2024 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
50	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
23	Вафельный десерт «Веселый Тоша»	0,5	0,4	10,0	62
28,8	Хлеб	0,9	0,17	6,6	62
Итого:		14,84	10,61	67,1	531

## Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
50	Огурец консервированный	0,4	0,04	1,3	14
200	Щи из свежей капусты с картофелем	1,8	2,2	7,2	54
40/200	Жаркое по -домашнему (из свинины)	13,04	10	22,4	287
200	Кисель	0,00	0,00	26,8	106
49	Хлеб	1,6	0,3	11,3	106
Итого:		16,84	12,54	69	567

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 3 декабря 2024 г.

## Горячий завтрак ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Огурец консервированный	7
40/200	Жаркое по -домашнему (из свинины)	287
200	Кисель	106
16	Хлеб	34
Итого:	110-00	434

## Горячий обед ( 5-11 классы )

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
35/175	Жаркое по -домашнему (из свинины)	251
200	Кисель	106
37,4	Хлеб	80
Итого:	110-00	491

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 3 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
20/100	Жаркое по -домашнему (из свинины)	134
200	Чай с сахаром	61
45,4	Хлеб	98
Итого:	57-00	347

## Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
78	Пицца	316
200	Чай с сахаром	61
Итого:	40-00	377

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

Е.З.Сухсва  
...  
Я.Е.Фомина  
...

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 3 декабря 2024 г.

## ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Щи из свежей капусты с картофелем	54
68	Наггетсы куриные	219
150	Булгур отварной	208
200	Чай с сахаром	61
34,4	Хлеб	74
<b>Итого:</b>	<b>110-00</b>	<b>616</b>

## ГПД (Полдник)

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

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

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина