

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 5 декабря 2024 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
80	Икра кабачковая	0,5	0,05	1,7	19
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Макароны отварные	5,3	5,0	31	192
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
Шт.	Зефир «Пирожников»	0,5	0,4	10	62
26,1	Хлеб	0,8	0,16	6,0	56
20	Батон	1,5	0,5	10,3	50
Итого:		21,4	18,81	81,2	633

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Икра кабачковая	0,4	0,04	1,3	14
200	Суп картофельный с рисом	7,9	4,75	12,44	116
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Макароны отварные	5,3	5,0	31	192
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
43,2	Хлеб	1,4	0,26	9,9	93
20	Батон	1,5	0,5	10,3	50
110	Яблоко	0,44	0	12,4	51
Итого:		29,74	23,25	99,54	770

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 5 декабря 2024 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60	Икра кабачковая	14
90	Котлета по- домашнему	193
180	Макароны отварные	230
110	Яблоко	51
200	Чай с сахаром	61
29,8	Хлеб	64
20	Батон	50
Итого:	110-00	663

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с рисом	116
90	Котлета по -домашнему	193
190	Макароны отварные	243
110	Яблоко	51
200	Чай с сахаром	61
37,1	Хлеб	80
20	Батон	50
Итого:	110-00	794

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 5 декабря 2024 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп картофельный с рисом	116
50	Котлета по- домашнему	107
170	Макароны отварные	218
200	Чай с сахаром	61
33,9	Хлеб	72
30	Батон	75
Итого:	57-00	649

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
63	Ватрушка с сыром и яйцом	249
200	Компот из яблок	130
Итого:	40-00	379

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 5 декабря 2024 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50	Помидор свежий	12
200	Суп картофельный с рисом	116
50/50	Тефтели	152
150	Каша гречневая	267
200	Компот из яблок	130
32	Хлеб	69
20	Батон	50
Итого:	110-00	796

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
45/50	Колбаса в тесте	240
200	Кофейный напиток	122
Итого:	50-00	362

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

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина