

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 06 февраля 2024 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
40/200	Жаркое из филе окорочков	13,04	10	22,4	287
180	Компот из вишни замороженной	0,6	0	30,8	130
31,6	Хлеб	2,1	0,38	14,5	68
52	Пряник с банан.вкусом	3,2	3,8	39,4	198
Итого:		18,94	14,18	107,1	683

## Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп из овощей	1,84	1,84	9	60
40/200	Жаркое из филе окорочков	13,04	10	22,4	287
180	Компот из вишни замороженной	0,6	0	30,8	130
27,8	Хлеб	1,8	0,33	12,8	60
Итого:		17,28	12,17	75	537

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

*Е.В. Кулакова*  
*Т.И. Мордовина*

Е.В.Кулакова

Т.И.Мордовина

### Горячий завтрак ( 5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
25	Помидор свежий	3
35/175	Жаркое по-домашнему	287
200	Чай с сахаром	61
39	Хлеб	84
Итого:	90-00	435

### Горячий обед ( 5-11 классы ) (в том числе малообеспеченные и ОВЗ)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей	60
35/175	Жаркое по-домашнему	287
200	Чай с сахаром	61
34	Хлеб	73
20	Батон	50
Итого:	100-00	531

### Обед для льготных категорий ( 5-11 классы) дети из многодетных и мобилизованных семей без доплаты родительских денежных средств

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей	60
20/100	Жаркое из филе окорочков	134
200	Чай с сахаром	61
36	Хлеб	77
20	Батон	50
Итого:	57-00	382

### Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
35	Батончик «Фруттобэлло»	93
200	Сок фруктовый	86
Итого:	40-00	179

### ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп из овощей	60
60	Наггетсы куриные	75
100	Макароны отварные	128
200	Чай с сахаром	61
20	Хлеб	43
Итого:	90-00	367

### ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
93	Пряники с начинкой	297
200	Сок фруктовый	86
Итого:	45-00	383