

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю  
Директор МАОУ «Лицей № 21»

*В.Г. Рудник*  
В.Г. Рудник

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 09 февраля 2024 г.

## Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
90	Шницель «Мечта лицеиста»	15,3	11,52	0	219
170	Макароны отварные	6,1	5,6	35,1	218
200	Компот из яблок	0,6	0	30,8	130
21,9	Хлеб	1,4	0,26	10,1	47
20	Батон	1,5	0,5	10,3	50
Итого:		24,9	17,88	86,3	664

## Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Рассольник ленинградский	2	2	13,4	82
80	Шницель «Мечта лицеиста»	15,3	11,52	0	219
150	Макароны отварные	5,3	5	31	192
200	Компот из яблок	0,6	0	30,8	130
39,5	Хлеб	2,6	0,47	18,2	85
Итого:		25,8	18,99	93,4	708

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.		Энергетическая ценность(Ккал)
90	Котлета из филе цыплят	172
190	Макароны отварные	243
200	Чай с сахаром	61
25,1	Хлеб	54
30	Батон	75
Итого:	90-00	605

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

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Рассольник ленинградский	82
90	Котлета из филе цыплят	172
160	Макароны отварные	205
200	Чай с сахаром	61
37,6	Хлеб	81
Итого:	100-00	601

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



**Е.В.Кулакова**

**Т.И.Мордовина**

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

<b>Выход, гр.</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Энергетическая ценность(Ккал)</b>
200	Рассольник ленинградский	82
50	Котлета из филе цыплят	146
160	Макароны отварные	205
200	Чай с сахаром	61
35,4	Хлеб	76
<b>Итого:</b>	<b>57-00</b>	<b>570</b>

**Полдник ОВЗ**

<b>Выход, гр.</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Энергетическая ценность(Ккал)</b>
18	Печенье с овсяными хлопьями	80
170	Ряженка	153
<b>Итого:</b>	<b>40-00</b>	<b>233</b>

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



*Е.В.Кулакова*

*Т.И.Мордовина*

**ГПД (Обед)**

<b>Выход, гр.</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Энергетическая ценность(Ккал)</b>
200	Рассольник ленинградский	82
108/50	Голубцы ленивые с соусом красным	294
160	Картофельное пюре	295
200	Чай с сахаром	61
43,8	Хлеб	94
<b>Итого:</b>	<b>90-00</b>	<b>826</b>