

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 12 февраля 2024 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
40/40	Филе окорочка запеченное в соусе	11,78	11,6	3,08	162
170	Рис отварной	4,1	6,6	39,1	236
200	Кисель	0	0	26,8	106
45	Хлеб	2,9	0,54	20,7	97
39	Печенье с овсяными хлопьями	3,0	6,45	25,65	174
Итого:		21,78	25,19	115,33	775

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп картофельный с вермишелью	3,1	2,5	20,8	121
40/40	Филе окорочка запеченное в соусе	11,78	11,6	3,08	162
150	Рис отварной	3,7	5,8	34,5	208
200	Кисель	0	0	26,8	106
37,5	Хлеб	2,4	0,45	17,3	81
26	Печенье с овсяными хлопьями	2,0	4,3	17,1	115
Итого:		22,98	24,65	119,58	793

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)
40/40	Филе окорочка запеченное в соусе	162
140	Рис отварной	194
200	Чай с сахаром	61
35	Хлеб	75
Итого:	90-00	492

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

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с вермишелью	121
40/40	Филе окорочка запеченное в соусе	162
140	Рис отварной	194
200	Чай с сахаром	61
30	Хлеб	65
Итого:	100-00	603

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

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с вермишелью	121
25/25	Филе окорочка запеченное в соусе	101
100	Рис отварной	138
200	Чай с сахаром	61
38,2	Хлеб	82
Итого:	57-00	503

Полдник ОБЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/45	Сосиска в тесте	284
200	Компот из яблок	130
28	Пряник с начинкой	99
Итого:	40-00	513

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



Е.В.Кулакова

Т.И.Мордовина

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с вермишелью	121
35/175	Жаркое из филе окорочков	287
200	Чай с сахаром	61
26,7	Хлеб	57
15	Батон	38
Итого:	90-00	564