

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

9

2024

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
50/50	Филе окорочка запеченный в соусе	11,7	11,6	3,08	162
150	Рис отварной	3,7	5,8	34,5	208
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
130	Яблоко	0,5	0,00	24,6	59
42,1	Хлеб	1,37	0,25	9,68	90
Итого:		17,47	17,75	86,86	580

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп лапша домашняя	3,6	3,1	19,2	123
50/50	Филе окорочка запеченный в соусе	11,7	11,6	3,08	162
150	Рис отварной	3,7	5,8	34,5	208
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
35,2	Печенье «Слана» земляничное	4,7	5,82	23	155
40	Хлеб	1,3	0,24	9,2	86
Итого:		25,2	26,66	103,98	795

И.о. директора ООО «Школьник»
Зав.производством
Специалист по ценообразованию
Ответственный по питанию

Т.П.Баранова

Н.И.Быкова

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

9

2024

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
25/25	Филе окорочка запеченный в соусе	81
100	Рис отварной	138
200	Чай с сахаром	61
24,5	Хлеб	52
Итого:	57-00	455

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/50	Котлета в тесте из свинины	242
200	Компот из яблок	130
Итого:	40-00	372

И.о. директора ООО «Школьник»
Зав.производством
Специалист по ценообразованию
Ответственный по питанию

Т.П.Баранова

Н.И.Быкова

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

9

2024

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/50	Филе окорочка запеченный в соусе	162
160	Рис отварной	222
200	Чай с сахаром	61
41,57	Хлеб	89
Итого:	110-00	534

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
45/45	Филе окорочка запеченный в соусе	146
150	Рис отварной	208
200	Чай с сахаром	61
25,2	Хлеб	54
Итого:	110-00	592

И.о. директора ООО «Школьник»
Зав.производством
Специалист по ценообразованию
Ответственный по питанию

Т.П.Баранова

Н.И.Быкова

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

9

2024

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
70	Огурец свежий	8
200	Суп лапша домашняя	123
90	Котлета по- домашнему	193
150	Картофельное пюре	147
200	Компот из яблок	130
48,1	Хлеб	103
Итого:	110-00	704

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/50	Котлета в тесте из свинины	242
200	Сок фруктовый	77
Итого:	50-00	319

И.о. директора ООО «Школьник»
Зав.производством
Специалист по ценообразованию
Ответственный по питанию

Т.И.Баранова

Н.И.Быкова