

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»
по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 10 февраля 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
45/45	Филе цыплят, запеченное в соусе	10,6	10,44	2,77	146
150	Рис отварной	3,7	5,8	34,5	208
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
100	Яблоко	0,4	0,00	11,3	46
32	Хлеб	1,0	0,19	7,4	69
Итого:		15,9	16,53	70,97	530

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп лапша домашняя	3,6	3,1	19,2	123
45/45	Филе цыплят, запеченное в соусе	10,6	10,44	2,77	146
150	Рис отварной	3,7	5,8	34,5	208
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
28	Пряник с начинкой	1,6	1,9	19,7	99
33,3	Хлеб	1,1	0,2	7,7	72
Итого:		20,8	21,54	98,87	709

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

Е.З. Сухова
Т.И. Мордовина

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 10 февраля 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Кукуруза консервированная	7
40/40	Филе цыплят ,запеченное в соусе	117
140	Рис отварной	195
200	Чай с сахаром	61
17,5	Хлеб	38
Итого:	110-00	418

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
40/40	Филе цыплят, запеченное в соусе	117
150	Рис отварной	208
200	Чай с сахаром	61
30	Хлеб	65
Итого:	110-00	574

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

Е.З. Сухова
Т.И. Мордовина

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 10 февраля 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
20/20	Филе цыплят, запеченное в соусе	65
100	Рис отварной	139
200	Чай с сахаром	61
40,6	Хлеб	87
Итого:	57-00	475

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/60	Сосиска в тесте	242
200	Сок фруктовый	86
Итого:	40-00	328

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

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 10 февраля 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
80	Котлета по- домашнему	172
120	Картофельное пюре	117
180	Компот из яблок	117
42,3	Хлеб	91
Итого:	110-00	620

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/60	Сосиска в тесте	242
200	Сок фруктовый	86
Итого:	50-00	328

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

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина