

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 10 марта 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
31,8	Хлеб	1	0,19	7,3	68
Итого:		15,9	16,53	70,87	529

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
27,5	Хлеб	0,9	0,17	6,3	59
Итого:		20,6	21,51	97,47	696

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

Мордовина
Т.П. Баранова

Т.П.Баранова
...
Т.И.Мордовина
...

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 10 марта 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	Хлеб	37
Итого:	110-00	417

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
140	Рис отварной	195
200	Чай с сахаром	61
41,9	Хлеб	90
Итого:	110-00	586

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

Мордовина
Т.П. Баранова

Т.П.Баранова
..
Т.И.Мордовина
..

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 10 марта 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
33	Хлеб	71
Итого:	57-00	459

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/56	Сосиска в тесте	242
200	Сок фруктовый	86
Итого:	40-00	328

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

Мордовина

Т.П.Баранова

Т.И.Мордовина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 10 марта 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
80	Котлета по- домашнему	172
110	Картофельное пюре	107
180	Компот из яблок	117
31,4	Хлеб	68
Итого:	110-00	587

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60/45	Сосиска в тесте	242
180	Сок фруктовый	77
13	Печенье «Земляничное»	58
Итого:	50-00	377

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

Мордовина
Т.П. Баранова

Т.П.Баранова
Т.И.Мордовина