

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 18 ноября 2024 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
50/50	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
110	Яблоко	0,44	0,00	12,4	51
27,5	Хлеб	0,9	0,17	6,3	59
Итого:		15,84	16,51	70,97	525

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 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
39	Печенье «Слана» земляничное	3,0	6,45	25,65	174
33	Хлеб	1,1	0,2	7,6	71
Итого:		22,2	26,09	104,72	783

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

Е.З. Сухова
Я.Е. Фомина

Е.З.Сухова
...
Я.Е.Фомина
...

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 18 ноября 2024 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/50	Филе цыплят ,запеченное в соусе	146
180	Рис отварной	250
200	Чай с сахаром	61
18	Хлеб	39
Итого:	110-00	496

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
250	Суп лапша домашняя	154
40/40	Филе цыплят, запеченное в соусе	117
180	Рис отварной	250
200	Чай с сахаром	61
35	Хлеб	75
Итого:	110-00	657

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

Е.З.Сухова
Я.Е.Фомина

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 18 ноября 2024 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
25/25	Филе цыплят, запеченное в соусе	73
100	Рис отварной	139
200	Чай с сахаром	61
23	Хлеб	49
Итого:	57-00	445

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
45/50	Котлета в тесте из свинины	242
200	Компот из яблок	130
Итого:	40-00	372

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

Е.З.Сухова

Я.Е.Фомина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 18 ноября 2024 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
90	Котлета по- домашнему	193
150	Картофельное пюре	147
200	Компот из яблок	130
21,3	Хлеб	46
Итого:	110-00	644

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/58	Котлета в тесте из свинины	242
200	Сок фруктовый	86
Итого:	50-00	328

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

Е.З. Сухова
Я.Е. Фомина

Е.З.Сухова
Я.Е.Фомина