

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 29 января 2025 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
60	Икра кабачковая	0,4	0,04	1,3	14
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Макароны отварные	5,3	5,0	31	192
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
Шт.	Зефир «Пирожников»	0,5	0,4	10	62
23,2	Хлеб	0,8	0,14	5,3	50
30	Батон	2,25	0,75	15,5	75
Итого:		22,05	19,02	85,3	647

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	7,9	4,75	12,44	116
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Макароны отварные	5,3	5,0	31	192
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
20	Хлеб	0,65	0,12	4,6	43
Итого:		26,65	22,57	70,24	605

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 29 января 2025 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
60	Икра кабачковая	14
80	Котлета по- домашнему	172
160	Макароны отварные	205
120	Яблоко	55
200	Чай с сахаром	61
22,4	Хлеб	48
20	Батон	50
Итого:	110-00	605

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с рисом	116
80	Котлета по -домашнему	172
150	Макароны отварные	192
120	Яблоко	55
200	Чай с сахаром	61
30,6	Хлеб	66
Итого:	110-00	662

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 29 января 2025 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп картофельный с рисом	116
50	Котлета по- домашнему	107
150	Макароны отварные	192
200	Чай с сахаром	61
39,3	Хлеб	84
Итого:	57-00	560

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
55	Ватрушка с сыром и яйцом	218
180	Компот из яблок	117
Итого:	40-00	335

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 29 января 2025 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
40	Зеленый горошек консервированный	9
200	Суп картофельный с рисом	116
50/50	Тефтели	152
150	Каша гречневая	267
200	Компот из яблок	130
38,4	Хлеб	83
Итого:	110-00	757

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
40/55	Колбаса в тесте	240
200	Кофейный напиток	122
Итого:	50-00	362

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

Е.З.Сухова

Т.И.Мордовина