

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

На 6 ноября 2024 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
150	Макаронны отварные	5,3	5,0	31	192
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
110	Банан	0,44	0,0	12,4	51
14	Конфеты «Милкидс» с молочной начинкой	0,5	0,4	10	62
44	Хлеб	1,4	0,26	10,1	95
Итого:		20,44	18,36	85,7	654

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	7,9	14,75	22,44	145
90	Котлета по-домашнему	12,6	12,6	7,2	193
160	Макаронны отварные	5,7	5,3	33	205
200	Чай с сахаром	0,2	0,1	15	61
45	Хлеб	1,5	0,27	10,4	97
28	Пряник с начинкой	1,6	1,9	19,7	99
Итого:		29,5	34,92	107,74	800

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 6 ноября 2024 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Помидор свежий	7
90	Котлета по- домашнему	193
170	Макароны отварные	217
110	Банан	51
200	Чай с сахаром	61
21	Хлеб	45
Итого:	110-00	574

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	145
80	Котлета по -домашнему	172
100	Макароны отварные	128
200	Чай с сахаром	61
26,7	Хлеб	57
Итого:	110-00	563

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 6 ноября 2024 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
30	Помидор свежий	7
200	Суп картофельный с рисом	116
50	Котлета по- домашнему	107
150	Макароны отварные	192
200	Чай с сахаром	61
40,5	Хлеб	87
Итого:	57-00	570

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
71	Ватрушка с сыром и яйцом	281
200	Компот из яблок	130
Итого:	40-00	411

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 6 ноября 2024 г.

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп картофельный с рисом и горбушей	145
50/50	Тефтели	152
120	Каша гречневая	213
180	Компот из яблок	117
24,2	Хлеб	52
Итого:	110-00	679

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
45/50	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

Я.Е.Фомина