

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 7 октября 2024 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
50/50	Филе окорочка запеченный в соусе	11,7	11,6	3,08	162
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
38,4	Хлеб	1,37	0,25	9,68	90
20	Батон	1,5	0,5	10,3	50
Итого:		18,87	18,25	83,86	617

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 окорочка запеченный в соусе	11,7	11,6	3,08	162
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	6,45	25,65	174
36,3	Хлеб	1,2	0,22	8,3	78
Итого:		23,4	27,27	105,73	806

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

Т.П. Баранова
Я.Е. Фомина

Т.П.Баранова

Я.Е.Фомина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 7 октября 2024 г.

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/50	Филе окорочка запеченный в соусе	162
180	Рис отварной	250
200	Чай с сахаром	61
18	Хлеб	39
Итого:	110-00	512

Горячий обед (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
250	Суп лапша домашняя	154
45/45	Филе окорочка запеченный в соусе	146
140	Рис отварной	194
200	Чай с сахаром	61
20	Хлеб	43
Итого:	110-00	598

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

Т.П. Баранова
Я.Е. Фомина

Т.П.Баранова

Я.Е.Фомина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

МУП «ШКОЛЬНИК»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 7 октября 2024 г.

Обед для льготных категорий (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
25/25	Филе окорочка запеченный в соусе	81
100	Рис отварной	138
200	Чай с сахаром	61
28	Хлеб	60
Итого:	57-00	463

Полдник ОВЗ

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

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

Т.П. Баранова
Я.Е. Фомина

Т.П.Баранова

Я.Е.Фомина

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



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

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

7 2024

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
30	Огурец свежий	7
200	Суп лапша домашняя	123
90	Котлета по- домашнему	193
150	Картофельное пюре	147
200	Компот из яблок	130
27,1	Хлеб	58
Итого:	110-00	658

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
50/58	Котлета в тесте из свинины	242
200	Сок фруктовый	77
Итого:	50-00	319

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

Т.П. Баранова
Я.Е. Фомина

Т.П.Баранова

Я.Е.Фомина