

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю
Директор МАОУ «Лицей № 21»

В.Г. Рудник
В.Г. Рудник

МУП «Школьник»

по столовой

МАОУ «Лицей №21» г.Тамбова

На 05 февраля 2024 г.

Горячий завтрак (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
90	Палочки куриные	13,7	6,12	12,7	204
140	Булгур отварной	3,5	5,4	32,2	194
180	Нектар фруктовый	0,54	0	33,6	86
15	Хлеб	1,0	0,18	6,9	32
Итого:		18,74	11,7	85,4	516

Горячий обед (1-4 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал
200	Суп лапша домашняя	3,6	3,1	9,2	123
80	Палочки куриные	12,2	5,44	11,29	181
120	Булгур отварной	3,0	4,6	27,6	166
180	Нектар фруктовый	0,54	0	33,6	86
18,5	Хлеб	1,2	0,22	8,5	40
Итого:		20,54	13,36	90,19	596

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

Е.В. Кулакова
Т.И. Мордовина

Е.В.Кулакова

Т.И.Мордовина

Горячий завтрак (5-11 классы)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
80	Палочки куриные	181
150	Булгур отварной	208
200	Чай с сахаром	61
33,2	Хлеб	71
Итого:	90-00	521

Горячий обед (5-11 классы) (в том числе малообеспеченные и ОВЗ)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп лапша домашняя	154
80	Палочки куриные	181
140	Булгур отварной	194
200	Чай с сахаром	61
43,5	Хлеб	94
Итого:	100-00	684

Обед для льготных категорий (5-11 классы) дети из многодетных и мобилизованных семей без доплаты родительских денежных средств

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
50	Палочки куриные	73
100	Булгур отварной	139
200	Чай с сахаром	61
38	Хлеб	82
Итого:	57-00	478

Полдник ОВЗ

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
85	Пицца	171
200	Компот из яблок	130
Итого:	40-00	301

ГПД (Обед)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
200	Суп лапша домашняя	123
40/40	Гуляш из свинины	137
160	Каша гречневая	284
200	Чай с сахаром	61
46,6	Хлеб	100
Итого:	90-00	705

ГПД (Полдник)

Выход, гр.	Наименование блюда	Энергетическая ценность(Ккал)
75	Пицца	154
200	Компот из яблок	130
Итого:	45-00	284