



Согласовано:

Директор ГБОУ СО "Лицей № 57 (Базовая школа РАН)"

Козырева Людмила Александровна

МЕНЮ

вторник, 09 января, 2024

ГБОУ СО "Лицей № 57 (Базовая школа РАН)"

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|--|---------------|------------------------------------|-------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак бесплатный/ начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс) | | | | | | | | |
| 2008 | | БАНАН | 80 | 0,6 | 0,1 | 5,1 | 80 | 37,8 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 2 | 5,5 | 25,2 | 258 | 0 |
| 2008 | 407 | КОМПОТ ИЗ ФРУКТОВ | 200 | 0,2 | | 20,8 | 105 | 4,2 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 57 | 0 |
| Итого | | | 500 | 4,3 | 5,7 | 61,1 | 500 | 42 |
| Обед школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс) | | | | | | | | |
| 2012 | 58 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 1,8 | 4,1 | 12,8 | 95 | 6,1 |
| 2012 | 275 | МЯСО ПРЕСОВАННОЕ | 55 | 10,6 | 12,8 | | 158 | 0 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,4 | 5,6 | 34,9 | 211 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47 | 0 |
| Итого | | | 625 | 19,5 | 22,7 | 72,7 | 571 | 6,1 |
| Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 80 | 0,3 | 0,3 | 7,8 | 37 | 7,9 |
| 2011 | 34 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 60 | 1,1 | 2,9 | 4,2 | 47 | 2,1 |
| 2011 | 47 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 60 | 1,1 | 3,1 | 5,2 | 54 | 17,1 |
| 2012 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С КУКУРУЗОЙ | 60 | 3 | 2,2 | 1,2 | 38 | 0,7 |
| 2012 | 58 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 1,8 | 4,1 | 12,7 | 95 | 6,1 |
| 2012 | 445 | БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 100/30 | 14,1 | 21,7 | 17,6 | 323 | 0,1 |
| 2011 | 265 | ПЛОВ МЯСНОЙ | 200 | 3,8 | 7 | 35,6 | 222 | 2,4 |
| 2012 | 275 | МЯСО ПРЕСОВАННОЕ | 55 | 10,6 | 12,8 | | 158 | 0 |
| 2011 | 294 | КОТЛЕТА КУРИНАЯ | 50 | 10,1 | 12 | 7,6 | 178 | 0,4 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ МЯСНОЙ | 50/50 | 8,6 | 12 | 3,4 | 156 | 1,3 |
| 2008 | 184 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 100 | 4,4 | 4,6 | 17,4 | 129 | 0,6 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,4 | 5,6 | 34,9 | 211 | 0 |
| 2008 | 323 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 3,5 | 4,5 | 37,3 | 204 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| 2011 | 422 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4 | 4,1 | 28,5 | 168 | 0 |
| 2011 | 429 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | 50 | 4,1 | 3,7 | 29 | 165 | 0 |
| Итого | | | 1725 | 78,1 | 101 | 270,1 | 2306 | 38,7 |
| | | | | 101,9 | 129,4 | 403,9 | 3194 | 86,8 |

Зав. производством Кульгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.4.3590.006

УТВЕРЖДАЮ Алексеева С.В.
Генеральный директор ООО "Рестория" /

Россия, 443068, Самара, ул. Степана Разина, 101

E-mail: jurist@restoria.ru

