



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

Козырева Людмила  
 Александровна

# МЕНЮ

**четверг, 11 января, 2024**  
**ГБОУ СО "Лицей № 57 (Базовая школа РАН)"**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак бесплатный/ начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	9,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	10,6	17,5	2	308	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	3,1	0,2	20,1	95	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>14,3</b>	<b>18,2</b>	<b>46,6</b>	<b>509</b>	<b>9,7</b>
<b>Обед школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)</b>								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	7,4	72	10
2011	265	ПЛОВ	200	3,5	7	34,7	216	1,4
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	17,9	74	39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>6,5</b>	<b>11,3</b>	<b>68,5</b>	<b>403</b>	<b>50,4</b>
<b>Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств</b>								
2008		ГРУША	80	0,3	0,2	8,3	38	4,1
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,6	5	1,3	53	1,4
2011	48	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	60	0,6	2,9	2,1	37	0,8
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	1	6,1	4,2	77	4
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	7,4	72	10
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	10,6	17,5	2	208	0
2011	265	ПЛОВ	200	3,5	7	34,7	216	1,4
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	10	4,8	3	96	0,2
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	9,6	11	1,8	145	0,8
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,5	5,4	37,3	212	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,5	21,4	147	10,4
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,3	5,9	15	129	27,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	427	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,1	3,7	27,7	156	0
2011	422	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	4,2	4,9	28,5	175	0
			<b>1680</b>	<b>57,5</b>	<b>84,2</b>	<b>224,8</b>	<b>1892</b>	<b>60,5</b>
				<b>78,3</b>	<b>113,7</b>	<b>339,9</b>	<b>2704</b>	<b>120,6</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_ Кулыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ /Бондусь Н.А./  
 СанПин 2.3/2.1.3890-08

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



Россия, 443066, Самара, ул. Степана Разина, 101

E-mail: jurist@restoria.ru