



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

Козырева Людмила
Александровна

МЕНЮ

суббота, 13 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		
Шведский стол								
2008		АПЕЛЬСИН	80	0,6	0,1	5,1	27	37,8
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,4	43	7,7
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,6	2,9	5,3	51	1,4
2012	49	САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ И КУКУРУЗЫ	60	7,2	3,6	16,7	130	3,8
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,5	4,1	8,8	77	6,8
2012	445	БЛИНЧИКИ П/Ф С ПОВИДЛОМ	160	14,1	22,4	18,7	333	0
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	50	7,3	9,9	3,9	134	0,3
		ГРУДКА КУРИНАЯ ОТВАРНАЯ	40	8	8,1		104	0,3
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,5	5,4	37,3	212	0
2011	284	МЯСО ЗАПЕЧЕННОЕ С КАРТОФЕЛЕМ И СЫРОМ	200	3,2	5,5	25,1	162	12,6
2012	204	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	100	3,8	0,5	24	115	0
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		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
2008		ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142	0
Итого			1450	56	67,9	232,8	1771	70,7
Всего				56	67,9	232,8	1771	70,7

Зав. производством

Кулыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание /Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.1.3590-20

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru



