



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

МЕНЮ

четверг, 18 января, 2024

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

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2008		ВАФЛИ	40	0,8	1	23,2	106	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	9,7
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130\30	3,5	9,9	28,5	267	0,1
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		21	85	3,1
Итого			500	4,8	11,3	82,2	504	12,9
Обед школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	7,4	72	10
2012	277	ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	50	0,3	3,9	1,8	43	0,4
2012	317	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			620	8,9	13,7	69,1	433	10,4
Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств								
2008		АПЕЛЬСИН	80	0,6	0,1	5,1	27	37,8
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	2,9	5,7	54	8,7
2012	364	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ С КУКУРУЗОЙ	50	3	2,2	1,2	38	0,7
2011	48	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	60	1,2	3	7,8	63	3,5
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	7,4	72	10
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	9,4	13,3	7,4	185	0,3
		ГРУДКА КУРИНАЯ ОТВАРНАЯ	40	8	8,1		104	0,3
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	10,5	8,5	3,7	133	0,2
2012	277	ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	50	0,3	3,9	1,8	44	0,4
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,5	21,4	147	10,4
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	15,5	3	32,5	220	0
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	7,1	38,2	250	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
2012	480	БУЛОЧКА "К ЗАВТРАКУ"	60	4,4	1,6	28,6	146	0
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4	7,7	29,8	204	0
Итого			1430	72,7	71,1	215,6	1794	72,3
				86,4	96,1	366,9	2681	95,6

Зав. производством Кулыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание Бондусь Н.А./
 СанПиН 2.3/2.3.6.3690-20

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

Россия, 443066 Самары, ул. Степана Разина, 101

E-mail: jurist@restoria.ru

