



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

Козырева Людмила  
Александровна

## МЕНЮ

понедельник, 19 февраля, 2024

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

| Сборник рецептур   | № техн. карты | Наименование блюда               | Выход       | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--|---------------|----------------------------------|-------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|----------------|
|  |               |                                  |             | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-воды, г |                               |                |
| <b>Завтрак школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)</b> |               |                                  |             |                   |              |              |                               |                |
| 2008   |               | БАНАН                            | 130         | 1,3               | 0,4          | 18,2         | 114                           | 8,7            |
| 2012   | 445           | БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЁННЫМ | 140\30      | 14,1              | 21,7         | 17,6         | 323                           | 0,1            |
| 2008   | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 200         | 0,4               |              | 15,4         | 63                            | 0,08           |
| <b>Итого</b>   |               |                                  | <b>500</b>  | <b>18,1</b>       | <b>22,3</b>  | <b>66,3</b>  | <b>500</b>                    | <b>8,88</b>    |
| <b>Обед школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)</b>    |               |                                  |             |                   |              |              |                               |                |
| 2012   | 57            | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ     | 200         | 1,6               | 4            | 10,4         | 85                            | 7,1            |
| 2008   | 266           | ПЛОВ МЯСНОЙ                      | 200         | 3,7               | 8,3          | 37,2         | 238                           | 0,5            |
| 2008   | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 200         | 0,2               | 0,1          | 15           | 60                            | 0              |
| 2008   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 20          | 1,5               | 0,1          | 10           | 47                            | 0              |
| <b>Итого</b>   |               |                                  | <b>620</b>  | <b>7</b>          | <b>12,5</b>  | <b>72,6</b>  | <b>430</b>                    | <b>7,6</b>     |
| <b>Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств</b>   |               |                                  |             |                   |              |              |                               |                |
| 2008   |               | БАНАН                            | 80          | 0,9               | 0,3          | 13,2         | 61                            | 6,3            |
| 2012   | 213           | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ  | 60          | 3                 | 2,2          | 1,2          | 37                            | 0,6            |
| 2011   | 31            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ          | 60          | 4                 | 7,1          | 4,2          | 97                            | 2              |
| 2011   | 45            | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ    | 50          | 0,7               | 2,4          | 4,2          | 42                            | 7,1            |
| 2012   | 57            | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ     | 200         | 1,6               | 4            | 10,4         | 85                            | 7,1            |
| 2012   | 445           | БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЁННЫМ | 100         | 14,7              | 22,8         | 13,3         | 318                           | 0,1            |
| 2012   | 277           | ПОДЖАРКА МЯСНАЯ                  | 50          | 0,3               | 3,9          | 1,8          | 44                            | 0,4            |
| 2008   | 266           | ПЛОВ МЯСНОЙ                      | 200         | 3,7               | 8,3          | 37,2         | 238                           | 0,5            |
| 2011   | 294           | КОТЛЕТА КУРИНАЯ В СУХАРЯХ        | 50          | 10                | 11,9         | 7,8          | 177                           | 0,4            |
| 2008   | 331           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ      | 150         | 5,4               | 5,6          | 34,9         | 211                           | 0              |
| 2008   | 335           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                | 150         | 3,1               | 5,4          | 20,3         | 141                           | 5              |
| 2012   | 132           | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                  | 150         | 3                 | 5,9          | 14,2         | 124                           | 24,5           |
| 2008   | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 200         | 0,4               |              | 15,4         | 63                            | 0,08           |
| 2008   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 30          | 2,3               | 0,2          | 15,1         | 71                            | 0              |
| 2011   | 424           | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                 | 50          | 4,8               | 7,8          | 35           | 229                           | 0              |
| 2011   | 423           | БУЛОЧКА С МАКОМ                  | 55          | 5,3               | 5,6          | 35,6         | 214                           | 0              |
| <b>Итого</b>   |               |                                  | <b>1635</b> | <b>63,2</b>       | <b>93,4</b>  | <b>263,8</b> | <b>2152</b>                   | <b>54,08</b>   |
|  |               |                                  |             | <b>88,3</b>       | <b>128,2</b> | <b>402,7</b> | <b>3122</b>                   | <b>70,56</b>   |

Зав. производством Кулыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание Бондусь Н.А./  
СанПин 2.3/2.3.6.01.006

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru

