



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

Козырева Людмила
Александровна

МЕНЮ

понедельник, 18 марта, 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 | | ГРУША | 80 | 0,3 | 0,2 | 8,3 | 138 | 4,1 |
| 2011 | 413 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 205 | 5,5 | 6 | 29,7 | 228 | 0,3 |
| 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 |
| Итого | | | 515 | 8,5 | 6,4 | 68,5 | 500 | 4,48 |
| Обед школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс) | | | | | | | | |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 4 | 6,7 | 9,7 | 116 | 6,8 |
| 2008 | 266 | ПЛОВ МЯСНОЙ | 200 | 3,7 | 8,3 | 37,2 | 238 | 0,5 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | | | 14,7 | 60 | 0,7 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47 | 0 |
| Итого | | | 620 | 9,2 | 15,1 | 71,6 | 461 | 8 |
| Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств | | | | | | | | |
| 2008 | | АПЕЛЬСИН | 80 | 0,6 | 0,1 | 5,1 | 27 | 37,8 |
| 2012 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С КУКУРУЗОЙ | 45 | 2,7 | 2,2 | 0,5 | 33 | 0,2 |
| 2011 | 21 | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 60 | 0,6 | 3 | 1,3 | 35 | 1,4 |
| 2012 | 45 | САЛАТ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК | 50 | 3,6 | 6,8 | 0,9 | 79 | 0,8 |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 4,2 | 6,7 | 10,4 | 119 | 7,2 |
| 2008 | 266 | ПЛОВ МЯСНОЙ | 200 | 3,7 | 8,3 | 37,2 | 238 | 0,5 |
| 2011 | 278 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | 60 | 9 | 14,4 | 6,5 | 191 | 0,5 |
| 2012 | 275 | МЯСО ПРЕСОВАННОЕ | 55 | 12,7 | 15,3 | | 189 | 0 |
| 2012 | 277 | ПОДЖАРКА МЯСНАЯ | 50 | 0,3 | 1,6 | 1,8 | 23 | 0,4 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 8,4 | 7,1 | 38,2 | 250 | 0 |
| 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 |
| 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 | 36,6 | 236 | 0 |
| 2012 | 480 | БУЛОЧКА "К ЗАВТРАКУ" | 60 | 4,8 | 1,6 | 32,4 | 163 | 0 |
| Итого | | | 1590 | 66,6 | 86,1 | 256,6 | 2069 | 53,88 |
| Всего | | | | 84,3 | 107,6 | 396,7 | 2895 | 66,36 |

Зав. производством _____ Кулыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание _____ /Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.1.6.390.06

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru