



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

# МЕНЮ

четверг, 21 марта, 2024

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

| Сборник рецептур   | № техн. карты | Наименование блюда                       | Выход       | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|--|---------------|--|-------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|---------------|
|  |               |  |             | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |               |
| <b>Завтрак школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)</b> |               |  |             |                   |              |              |                               |               |
| 2008   |               | АПЕЛЬСИН                                 | 120         | 0,7               | 0,1          | 5,9          | 132                           | 44            |
| 2008   | 214           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                        | 130         | 11,4              | 17,1         | 2,9          | 237                           | 0,3           |
| 2008   | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200         | 0,4               |              | 15,4         | 63                            | 0,08          |
| 2008   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 50          | 2,2               | 0,2          | 14,4         | 68                            | 0             |
| <b>Итого</b>   |               |  | <b>500</b>  | <b>14,7</b>       | <b>17,4</b>  | <b>38,6</b>  | <b>500</b>                    | <b>44,38</b>  |
| <b>Обед школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)</b>    |               |  |             |                   |              |              |                               |               |
| 2012   | 82            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200         | 4,9               | 4,9          | 16,2         | 129                           | 5,4           |
| 2012   | 137           | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                           | 200         | 2,8               | 5,1          | 20,3         | 140                           | 12,9          |
| 2008   | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200         | 0,4               |              | 15,4         | 63                            | 0,08          |
| 2008   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 50          | 2,2               | 0,2          | 14,4         | 68                            | 0             |
| <b>Итого</b>   |               |  | <b>650</b>  | <b>10,3</b>       | <b>10,2</b>  | <b>66,3</b>  | <b>400</b>                    | <b>18,38</b>  |
| <b>Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств</b>   |               |  |             |                   |              |              |                               |               |
| 2008   |               | ЯБЛОКО                                   | 80          | 0,3               | 0,3          | 7,8          | 38                            | 8             |
| 2012   | 213           | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ          | 40          | 2,8               | 2,2          | 0,8          | 35                            | 0,4           |
| 2011   | 31            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ                  | 60          | 6                 | 9,9          | 3,2          | 127                           | 1,6           |
| 2012   | 49            | САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ И КУКУРУЗЫ               | 75          | 8,8               | 10,5         | 19,6         | 211                           | 4             |
| 2012   | 82            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200         | 4,9               | 4,9          | 16,2         | 129                           | 5,4           |
| 2012   | 445           | БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ         | 100/30      | 15,2              | 23,5         | 17,7         | 343                           | 0,1           |
| 2011   | 288           | ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ                          | 60          | 11,3              | 10,7         | 3            | 153                           | 0,4           |
| 2012   | 137           | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                           | 200         | 2,8               | 5,1          | 20,3         | 140                           | 12,9          |
| 2011   | 294           | КОТЛЕТА КУРИНАЯ                          | 50          | 10                | 10,5         | 7,7          | 164                           | 0,4           |
| 2008   | 323           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ               | 150         | 8,4               | 7,1          | 38,2         | 250                           | 0             |
| 2008   | 333           | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                       | 150         | 2,9               | 4,6          | 23,8         | 148                           | 12            |
| 2008   |               | БАТОН                                    | 50          | 4,5               | 1,7          | 28,5         | 147                           | 0             |
| 2008   | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200         | 0,2               | 0,1          | 15           | 60                            | 0             |
| 2008   | 427           | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ                      | 50          | 5                 | 3,6          | 43,8         | 228                           | 0             |
| 2011   | 424           | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                         | 60          | 4,8               | 9,2          | 38,1         | 256                           | 0             |
| <b>Итого</b>   |               |  | <b>1555</b> | <b>87,9</b>       | <b>103,9</b> | <b>283,7</b> | <b>2429</b>                   | <b>45,2</b>   |
| <b>Всего</b>   |               |  |             | <b>112,9</b>      | <b>131,5</b> | <b>388,6</b> | <b>3202</b>                   | <b>107,96</b> |

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Купыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ /Бондусь Н.А./  
 СанПин 2.3/2.1.3690-08

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



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

E-mail: jurist@restoria.ru