



Согласовано:

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

Козырева Людмила Александровна

# МЕНЮ

вторник, 21 мая, 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   |               | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                 | 35          | 0,3               |              | 0,9          | 5                             | 3,7           |
| 2011   | 294           | КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ                              | 50          | 9,4               | 10,3         | 7,7          | 160                           | 0,3           |
| 2008   | 331           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                   | 180         | 6,5               | 6,6          | 41,8         | 253                           | 0             |
| 2008   | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200         |                   |              | 4,9          | 19                            | 0             |
| 2008   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40          | 2                 | 0,2          | 13,3         | 63                            | 0             |
| <b>Итого</b>   |               |   | <b>505</b>  | <b>18,2</b>       | <b>17,1</b>  | <b>68,6</b>  | <b>500</b>                    | <b>4</b>      |
| <b>Обед школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)</b>    |               |   |             |                   |              |              |                               |               |
| 2011   | 102           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200         | 12,6              | 7,4          | 27,2         | 226                           | 4,3           |
| 2011   | 259           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                           | 220         | 12,9              | 14           | 24,4         | 275                           | 12,6          |
| 2011   | 375           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                         | 200         | 0,2               | 0,1          | 16           | 66                            | 15,5          |
| 2008   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 60          | 3,1               | 0,2          | 20,1         | 95                            | 0             |
| <b>Итого</b>   |               |   | <b>680</b>  | <b>28,8</b>       | <b>21,7</b>  | <b>87,7</b>  | <b>662</b>                    | <b>32,4</b>   |
| <b>Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств</b>   |               |   |             |                   |              |              |                               |               |
| 2012   | 385           | КИВИ  | 80          | 0,3               | 0,3          | 7,6          | 36                            | 3,2           |
| 2011   | 45            | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                 | 60          | 1,1               | 2,9          | 6            | 56                            | 8,8           |
| 2011   | 24            | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ           | 60          | 0,6               | 3,6          | 1,9          | 43                            | 3,9           |
| 2011   | 41            | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ                      | 60          | 4                 | 4,3          | 6,3          | 80                            | 1             |
| 2011   | 102           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200         | 12,6              | 7,4          | 27,2         | 226                           | 4,3           |
| 2011   | 259           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                           | 220         | 12,9              | 14           | 24,4         | 275                           | 12,6          |
| 2011   | 294           | КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ                              | 50          | 9,4               | 10,3         | 7,7          | 160                           | 0,3           |
|  |               | ГРУДКА КУРИНАЯ ОТВАРНАЯ                       | 50          | 7,6               | 7,7          |              | 99                            | 0,3           |
| 2008   | 323           | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                      | 150         | 3,6               | 4,6          | 37,7         | 206                           | 0             |
| 2008   | 323           | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                     | 150         | 4,7               | 4,6          | 33,4         | 194                           | 0             |
| 2008   | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200         | 0,2               | 0,1          | 15           | 60                            | 0             |
| 2008   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 60          | 3,1               | 0,2          | 20,1         | 95                            | 0             |
| 2011   | 430           | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ                            | 60          | 5,1               | 5,8          | 40,8         | 236                           | 0             |
| 2011   | 423           | БУЛОЧКА С МАКОМ                               | 60          | 5,4               | 5,6          | 35,6         | 214                           | 0             |
| <b>Итого</b>   |               |   | <b>1460</b> | <b>70,6</b>       | <b>71,4</b>  | <b>263,7</b> | <b>1980</b>                   | <b>34,4</b>   |
| <b>Всего</b>   |               |   |             | <b>117,6</b>      | <b>110,2</b> | <b>420</b>   | <b>3142</b>                   | <b>70,8</b>   |

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

