

МЕНЮ
15 сентября 2023 г.

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



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

Козырева Людмила
Александровна

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2008	185	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	230	6,6	2,8	39,1	208	1,6
211	6	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ	70	10,4	7,9	22,6	203	0,9
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0,4	0,1	26,9	112	10,9
Итого			500	17,4	10,8	88,6	523	13,4
Обед, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,3	5,3	16,4	122	6,7
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	11,3	7,3	28,8	226	14,9
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,2	7	5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			750	16,5	12,9	76,5	486	26,6
Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств								
2012	370	АРБУЗ	70	4,1	0,1	4	18	2
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,8	0,2	6,8	36	50,4
2011	46	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	50	0,6	2	5,7	45	12,2
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,6	4,9	56	2,5
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,3	5,3	16,4	122	6,7
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	55	10,3	10,1	2,9	143	0,4
2011	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	220	13,3	9,1	24,4	232	11
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,2	9,8	4,5	135	0,3
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,8	34,9	213	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	1,2	21,4	109	10,3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,5	0,2	15,1	78	31,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2011	425	БУЛОЧКА КОСИЧКА	50	3,5	7,2	27,9	190	0
2011	430	ЗАВИТОК С МАКОМ	50	3,7	4,2	29,1	169	0
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	2,7	1	31	143	8
Итого			1685	63,9	60,1	259,1	1820	135,7
Всего				97,8	83,8	424,2	2829	175,7

Зав. производством Кульгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание Бондусь Н.А./
СанПиН 2.3/2.1.3890-03

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru

