

# МЕНЮ

19 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	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак бесплатный/ начальная школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОБЗ с 1 по 4 класс)</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7	5
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	55	8,2	10	1,4	127	0,3
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,6	34,9	211	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>15,7</b>	<b>15,9</b>	<b>62,6</b>	<b>452</b>	<b>5,3</b>
<b>Обед школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОБЗ с 1 по 4 класс)</b>								
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	60	9	2,9	5,6	84	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,5	0,5	20,3	96	10,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>13</b>	<b>3,7</b>	<b>49,4</b>	<b>281</b>	<b>10,7</b>
<b>Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств</b>								
2008		ЯБЛОКО	80	0,3	0,3	6,9	33	7
2012	370	АРБУЗ	70	4,1	0,1	4	18	2
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,4	5	1,4	53	9
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,7	4,1	12,3	93	5,6
2011	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	0,1	6,8	31	1,2
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	60	9	2,9	5,6	84	0,5
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	55	8,2	10	1,4	127	0,3
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	8,9	10,1	1,8	133	0,8
2012	440	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	205		4,9		44	0
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	5,5	23,8	156	12
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	6,8	33,3	223	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,1	65	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2011	422	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4	4,1	28,5	168	0
2011	406	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	7,6	3,8	58,4	298	0
2008	427	ВАТРУШКА М ДЖЕМОМ	50	2	3,1	22,2	124	1,2
<b>Итого</b>			<b>1490</b>	<b>59,4</b>	<b>61,2</b>	<b>235,2</b>	<b>1711</b>	<b>39,6</b>
<b>Всего</b>				<b>88,1</b>	<b>80,8</b>	<b>347,2</b>	<b>2444</b>	<b>55,6</b>

Зав. производством Кулыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание Бондусь Н.А./

СанПиН 2.3/2.1.3590-20

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru

