

МЕНЮ

20 сентября 2023 г.

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



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак бесплатный/ начальная школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	6	6,3	10,3	180	0,1
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,8	14,9	2	240	0,2
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		21,1	86	1
2012	385	ЯБЛОКО	130	3,3	0,1	3,2	15	1,6
Итого			500	20,2	21,3	36,6	521	2,9
Обед школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2	2,6	16,5	98	5,3
2012	440	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	200		4,9		44	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
Итого			620	3,7	7,7	41,5	249	5,3
Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств								
2012	364	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ С КУКУРУЗОЙ	20	2,8	2,2	0,8	35	0,4
2011	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОУСОМ	50	0,7	2,9	4,1	46	1,9
2008	31	ФРУКТ	80	3,3	0,1	3,2	15	1,6
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2	2,6	16,5	98	5,3
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	11,1	13	8,1	193	0,5
2012	277	ПОДЖАРКА ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	9,4	7,9	1,8	116	0,4
2012	137	ОВОЩНОЕ РАГУ	200	12,3	14,7	12,4	230	49,5
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	1,2	21,4	109	10,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,5	6,1	37,2	218	0
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	1,5	6,8	8,6	103	17
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4	7	29,3	196	0
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	50	15,2	11,5	53,3	377	33,39
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4,5	5,1	35	204	0
Итого			1405	72,3	81,3	256	2044	118,79
Всего			96,2	110,3	334,1	2701	126,99	

Зав. производством Кулыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание Бондусь Н.А.
СанПиН 2.3/2.1.3590-20

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор ООО "Ресторья" Алексеева С.В.

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

E-mail: jurist@restoria.ru

