



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

МЕНЮ

22 сентября 2023 г.

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		
Завтрак бесплатный/ начальная школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,5	0,1	4,5	24	33,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	7,5	7,9	12,9	254	0,2
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	3,9	2,4	28,3	152	0,4
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,2	0,1	20,8	86	15,5
Итого			550	12,1	10,5	66,5	516	49,7
Обед школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,4	0,1	1,4	9	9,5
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	4,1	6,8	8,8	112	6,9
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	55	11,1	10,6	6,1	162	0,5
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	5,7	33,9	208	0
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
Итого			665	22,6	23,5	73,7	592	16,9
Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,9	33	7
2011		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,6	3	2,4	39	4,1
2011	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6		5,6	26	1
2011	67	САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	50	0,7	2,9	3,6	45	1,5
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	4,1	6,8	8,8	112	6,9
2012	300	ФИЛЕ КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	50	23,1	23,4	0,1	303	1
2012	282	ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ МЯСНЫЕ	50	8	6	7,6	116	0
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50/30	8,8	14,5	5,1	186	1,34
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	3,8	0,5	24	115	0
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,3	5,9	14,9	129	27,4
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,5	5,4	37,3	212	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2011	415	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,9	6,6	26,3	181	0
2011	433	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	60	4,4	6,2	31,4	199	0
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	3,5	2,2	22,2	123	1,2
Итого			1410	71,1	84	226,3	1950	51,44
Всего				105,8	118	366,5	2958	118,04

Зав. производством  Кулыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание  /Бондусь Н.А./
 СанПиН 2.3/2.3.390-09

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



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

E-mail: jurist@restoria.ru

