



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

МЕНЮ

14 октября 2023 г.

Козырева Людмила Александровна

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 | | |
| Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств | | | | | | | | |
| 2012 | 385 | ДЫНЯ | 70 | 0,3 | 0,2 | 4,2 | 20 | 4,6 |
| 2011 | 48 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 60 | 0,6 | 3,7 | 3 | 48 | 5,1 |
| 2008 | 379 | МАРИНАД ОВОЩНОЙ (СВЕКЛА) | 50 | 0,6 | 4,9 | 4,6 | 65 | 1,9 |
| 2011 | 48 | САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТОЙ С МОРКОВЬЮ ПО-КОРЕЙСКИ | 60 | 0,1 | 2,9 | 0,7 | 30 | 0,2 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 4,1 | 6,7 | 7,4 | 107 | 10,1 |
| 2012 | 439 | ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ П/Ф | 150 | | 4,9 | | 44 | 0 |
| 2008 | 265 | ПЛОВ МЯСНОЙ | 200 | 3,8 | 7 | 37,7 | 229 | 1,3 |
| | | ГРУДКА КУРИНАЯ ОТВАРНАЯ | 40 | 6,1 | 6,2 | | 80 | 0,2 |
| 2008 | | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 55 | 10,4 | 12,2 | 1,9 | 158 | 0,46 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206 | 0 |
| 2011 | 151 | КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 150 | 2,7 | 2,9 | 19,8 | 117 | 8,6 |
| 2012 | 415 | РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ | 150 | 2,3 | 0,3 | 23,6 | 107 | 0,3 |
| 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 |
| Итого | | | 1715 | 50,4 | 67,9 | 278,5 | 1927 | 33,96 |
| Всего | | | | 50,4 | 67,9 | 278,5 | 1927 | 33,96 |

Зав. производством Кулыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2-3590-20

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru

