

МЕНЮ

4 октября 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 ом числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2008		ЯБЛОКО	120	0,31	0,19	14,02	246	7,5
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	13,6	21,7	2,3	234,4	0,1
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	1,1	0	5,6	29	1,1
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,2	0	6,6	29,4	0,8
Итого			500	15,21	21,89	28,52	509,4	9,5
Обед школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	4
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,6	5,3	16,5	132	5,4
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	12,3	14,2	23,5	272	12,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			665	18,9	19,7	66	517	22,1
Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств								
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,5	0,1	4,5	24	33,6
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1	3,6	5,4	59	2,8
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	60	3,8	5,3	5	84	2,6
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,6	5,3	16,5	132	5,4
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
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	12,3	14,2	23,5	272	12,7
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	0,6	23,8	112	12
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	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	4	7	29,3	196	0
2008	451	БУЛОЧКА МОСКОВСКАЯ	50	15,2	11,5	53,3	377	33,39
2011	430	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	60	4,5	5,1	35	204	0
Итого			1575	76,4	86,8	279,5	2209	120,39
Всего				105,2	121,9	377,5	3033	151,99

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

