



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

Козырева Людмила
 Александровна

МЕНЮ

пятница, 10 ноября, 2023

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		ВАФЛИ	70	3,7	28,4	58,9	483	0
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	4,2	2,6	39,8	189,8	0,3
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0	3,3	14,7	15,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,23	11,81	56,35	0
Итого			500	9,9	31,23	113,81	743,85	15,8
Обед школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОВЗ с 1 по 4 класс)								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,1	6,8	8,8	112	6,9
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,3	15,7	23,4	284	12,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			625	19,4	22,9	65,7	544	19,3
Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств								
2008		ЯБЛОКО	80	0,3	0,3	7,8	38	8
2011		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,9	3	5	51	2,6
2011	209	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ С КУКУРУЗОЙ	50	3,1	2,2	1,4	38	0,8
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,9	46	7,3
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,1	6,8	8,8	112	6,9
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,3	15,7	23,4	284	12,4
2012	277	ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	50	0,3		1,7	8	0,4
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	50/30	7,8	8,7	9,4	149	0,7
2012	275	МЯСО ПРЕСОВАННОЕ	60	12,7	15,3		189	0
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	0,8	34,8	170	0
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,7	5,2	13,1	112	24,2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	7,1	38,2	250	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
2008	453	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,3	3,5	31,3	168	3,2
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	50	11,2	30,7	22	409	51,65
Итого			1610	76,1	102	231,9	2155	118,15
				105,6	130,6	394	3180	153,25

Зав. производством _____ Кулыгова Людмила Владимировна

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

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru

