

# МЕНЮ

среда, 15 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		
<b>Завтрак бесплатный/ начальная школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОБЗ с 1 по 4 класс)</b>								
2008		АПЕЛЬСИН	60	0,4	0,1	3,7	35	27,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2011	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	205	6,7	4,2	28,7	179	0,3
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	21,6	99	60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>12,9</b>	<b>9,5</b>	<b>101,2</b>	<b>554</b>	<b>87,6</b>
<b>Обед школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОБЗ с 1 по 4 класс)</b>								
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,4	6,8	12,7	130	6,2
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	11,7	13,7	20,6	253	10,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	65	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>19,1</b>	<b>20,9</b>	<b>68</b>	<b>536</b>	<b>17</b>
<b>Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств</b>								
2012	385	КИВИ	60	0,2	0,2	5,1	25	2,2
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,9	3,6	4,6	55	2,5
2011	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,8	3,1	4,7	49	1,5
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	2,9	5	51	8,5
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,4	6,8	12,7	130	6,2
		ГРУДКА КУРИНАЯ ОТВАРНАЯ	40	6,5	6,5		85	0,3
2008	314	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	9,4	11,3	7,5	168	0,3
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	11,7	13,7	20,6	253	10,8
2012	277	ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	50	0,3	1,6	1,8	23	0,4
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,9	4	13,3	103	24,1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	5,7	33,9	208	0
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	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,9	7,8	29,2	202	0
2011	423	БУЛОЧКА С ДЖЕМОМ	50	3,7	5,5	23,8	159	0
<b>Итого</b>			<b>1560</b>	<b>57,1</b>	<b>78,4</b>	<b>229,6</b>	<b>1854</b>	<b>56,8</b>
<b>Всего</b>				<b>89,1</b>	<b>108,8</b>	<b>398,8</b>	<b>2944</b>	<b>161,4</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_ Кулыгова Людмила Владимировна

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ /Бондусь Н.А./  
 СанПин 2.3/2.4.3590.00

УТВЕРЖДАЮ \_\_\_\_\_  
 Генеральный директор ООО "Рестория" /Алексеева С.В.

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

E-mail: jurist@restoria.ru

