



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

Козырева Людмила Александровна

# МЕНЮ

вторник, 28 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 том числе ОБЗ с 1 по 4 класс)</b>								
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,7	0,2	6,4	34	47,3
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	6,9	8,9		109	0
2012	445	БЛИНЧИКИ П/Ф С ДЖЕМОМ	140/30	12,2	19,2	22,6	310	4,8
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	17,9	74	39
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>20</b>	<b>28,4</b>	<b>46,9</b>	<b>527</b>	<b>91,1</b>
<b>Обед начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОБЗ с 1 по 4 класс)</b>								
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,8	4,1	12,7	95	6,1
2008	283	ТЕФТЕЛИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/30	9,4	14,1	9,7	203	0,9
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,6	34,9	211	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>480</b>	<b>19,4</b>	<b>24,1</b>	<b>75,8</b>	<b>597</b>	<b>7</b>
<b>Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств</b>								
2012	385	КИВИ	80	0,3	0,3	7,6	36	3,2
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	0,9	6,1	4,7	79	4,5
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	2,9	5,5	53	8,7
2011	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,7	3	4,3	48	1,4
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,8	4,1	12,7	95	6,1
2011	401	ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ	125	5,6	6,9	34,5	223	0
2008	283	ТЕФТЕЛИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/30	9,4	14,1	9,7	203	0,9
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50	9,6	13,3	1,8	165	0,8
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	50	9,7	4,8	2,5	92	0,2
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,6	34,9	211	0
2011	125	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	2,8	3	23,3	132	11,8
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	7,1	38,2	250	0
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	406	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	7,6	3,8	58,4	298	0
2008	427	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	2	3,1	22,2	124	1,2
<b>Итого</b>			<b>1555</b>	<b>67,4</b>	<b>78,5</b>	<b>289,1</b>	<b>2135</b>	<b>38,8</b>
				<b>106,8</b>	<b>131</b>	<b>411,8</b>	<b>3259</b>	<b>136,9</b>

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

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

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru



