



Согласовано:

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

Козырева Людмила Александровна

МЕНЮ

пятница, 08 декабря, 2023

ГБОУ СО "Лицей № 57 (Базовая школа РАН)"

Сборник рецептов	№ 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 ОБЗ с 1 по 4 класс)								
2008		БАНАН	100	1,2	0,4	16,2	174	7,7
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С ТЫКВОЙ	200	6	5,8	32,8	237	0,5
2011	378	ЧАЙ ЯГОДНЫЙ	200	0,4		12,4	51	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			520	9,1	6,3	71,4	509	8,8
Обед школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОБЗ с 1 по 4 класс)								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	7,4	72	10
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60/30	8,5	15,8	10,4	218	1,7
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	15,5	1,1	32,5	202	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4		16,4	67	0,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			660	27,4	21	76,7	606	11,78
Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств								
2012	385	КИВИ	80	0,3	0,3	7,6	36	3,2
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,6	3	1,4	36	1,5
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	2,9	5,9	55	8,2
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	3,3	6,3	4,1	88	0,9
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	7,4	72	10
2012	445	БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120/30	14,5	22,6	12,3	311	0,1
2012	277	ПОД ЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	50	0,3	1,6	1,8	23	0,4
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60/30	8,5	15,8	10,4	218	1,7
2011	288	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	9,3	13,3		156	0,4
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	15,5	1,1	32,5	202	0
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	150	2,3	5,2	23,6	150	0,3
2011	151	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	3,3	3,5	26,4	151	12
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,8	6,4	29,9	192	0
2011	429	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	4,1	3,1	29	160	0
Итого			1360	68,3	89,1	192,3	1850	38,7
				104,8	116,4	340,4	2835	59,28

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

