

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

Козырева  
 Людмила Александровна



## МЕНЮ

понедельник, 09 сентября, 2024

### 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 школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОБЗ с 1 по 4 класс)</b> |               |   |             |                   |              |              |                               |               |
| 2008  | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                           | 60          | 7,7               | 14,9         | 12,7         | 225                           | 0             |
| 2011  | 174           | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>РИСОВАЯ             | 210         | 4,9               | 6,1          | 42,7         | 245                           | 0,3           |
| 2008  | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200         |                   |              | 4,9          | 19                            | 0             |
| 2008  |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30          | 2,3               | 0,2          | 15,1         | 71                            | 0             |
| <b>Итого</b>  |               |   | <b>500</b>  | <b>14,9</b>       | <b>21,2</b>  | <b>75,4</b>  | <b>560</b>                    | <b>0,3</b>    |
| <b>Обед школа с 1 по 4 класс (в ом числе ОБЗ с 1 по 4 класс)</b>    |               |   |             |                   |              |              |                               |               |
| 2012  | 82            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200         | 5,5               | 5            | 20,6         | 150                           | 5,2           |
| 2011  | 265           | ПЛОВ МЯСНОЙ                                 | 200         | 3,6               | 3,4          | 34,8         | 184                           | 1,7           |
| 2008  | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200         | 0,2               | 0,1          | 15           | 60                            | 0             |
| 2008  |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20          | 1,5               | 0,1          | 10           | 47                            | 0             |
| <b>Итого</b>  |               |   | <b>620</b>  | <b>10,8</b>       | <b>8,6</b>   | <b>80,4</b>  | <b>441</b>                    | <b>6,9</b>    |
| <b>Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств</b>  |               |   |             |                   |              |              |                               |               |
| 2008  |               | АПЕЛЬСИН                                    | 80          | 0,6               | 0,1          | 5,1          | 27                            | 37,8          |
| 2011  | 45            | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ            | 60          | 1,1               | 2,9          | 6            | 56                            | 8,8           |
| 2011  | 34            | САЛАТ СВЕТОФОР                              | 60          | 1                 | 5,1          | 2,2          | 59                            | 11            |
| 1997  | 71            | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                            | 60          | 0,8               | 3            | 5,2          | 51                            | 1,2           |
| 2012  | 82            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200         | 5,5               | 5            | 20,5         | 150                           | 5,2           |
| 2011  | 265           | ПЛОВ МЯСНОЙ                                 | 200         | 3,7               | 3,4          | 34,8         | 185                           | 1,8           |
| 2008  | 314           | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ                             | 50          | 9,5               | 13,3         | 7,8          | 187                           | 0,5           |
| 2012  | 289           | ПЕРЕЦ ФАРШИРОВАННЫЙ                         | 80          | 9,8               | 14           | 9,4          | 200                           | 0,9           |
| 2008  | 259           | ГУЛЯШ МЯСНОЙ                                | 50          | 9,9               | 11,3         | 3,4          | 156                           | 1,4           |
| 2008  | 323           | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                   | 150         | 3,6               | 4,6          | 37,7         | 206                           | 0             |
| 2012  | 321           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                           | 150         | 3,2               | 5,5          | 21,4         | 147                           | 10,4          |
| 2008  | 323           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                  | 150         | 8,4               | 6,2          | 38,2         | 242                           | 0             |
| 2008  | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200         | 0,2               | 0,1          | 15           | 60                            | 0             |
| 2008  |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30          | 2                 | 0,3          | 12,7         | 61                            | 0             |
| 2011  | 422           | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                           | 55          | 4,4               | 5            | 30,1         | 182                           | 0             |
| 2011  | 423           | БУЛОЧКА С ДЖЕМОМ                            | 60          | 4,8               | 5,6          | 41,4         | 233                           | 2,4           |
| <b>Итого</b>  |               |   | <b>1635</b> | <b>68,5</b>       | <b>85,4</b>  | <b>290,9</b> | <b>2202</b>                   | <b>81,4</b>   |
| <b>Всего</b>  |               |   |             | <b>94,2</b>       | <b>115,2</b> | <b>446,7</b> | <b>3203</b>                   | <b>88,6</b>   |

Зав. производством  
 Ответственный за питание в 3/4 классах /Бондусь Н.А./  
 СанПин 2.3/2.4.3580-20

Кульгова Л. В.

УТВЕРЖДАЮ  
 Генеральный директор ООО "Ресторин" /Алексеева С.В.

Россия, 443066, г. Самара, ул. Степана Разина, 101  
 E-mail: jurist@restora.ru

