

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

Козырева
Людмила Александровна

МЕНЮ

вторник, 13 января, 2026

Лицей 57

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008		ВАФЛИ	2	1,7	2	46,4	212	0
2012	275	МЯСО ПРЕССОВАННОЕ	1					0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	34,9	204	0
2008	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3		15,2	63	0,75
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,8	0,2	18,4	87	0
Итого			408	10,2	6,9	114,9	566	0,75
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	6	6	22,8	169	2,9
2008	265	ПЛОВ	270	5,8	7,2	36,4	235	1,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			730	15,1	13,5	94,3	559	4,5
Шведский стол								
2008		ГРУША	100	0,4	0,3	10,2	47	5
2008	53	ВИНЕГРЕТ МОРСКОЙ	100	5,1	14,7	5,7	177	6,1
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	1,2	5,1	3	66	7,3
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	6	6	22,8	169	2,9
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	15,4	8,5	3,1	168	11,03
2011	294	СУФЛЕ МЯСНОЕ	50	12,7	17,5	0,9	213	0,8
2008	265	ПЛОВ	250	4	8,6	37,9	244	1,6
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	12	13,2	3,4	182	1,5
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	1,2	4,5	9,5	83	4,8
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	13,3	1	27,8	173	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,1	0,2	20,1	95	0
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5	9,3	38,8	258	0
2011	424	ПЛЮШКА Н, МОСКОВСКАЯ	50	3,8	6,4	29,9	193	0
Итого			1570	83,4	95,4	228,1	2128	41,03
Всего				108,7	115,8	437,3	3253	46,28

Зав.производством

Ответственный за питание 63-0606-4 /Бондусь Н.А./

СанПин 2.3/2.4.3598-20

Кулыгова Л. В.

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru