



МЕНЮ

среда, 21 января, 2026

Лицей 57

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,3	0,4	18,4	84	8,8
2012	275	МЯСО ПРЕССОВАННОЕ	30	7,2	8,7		107	0
2011	413	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	220	8,5	6,8	42,6	266	0,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,2	1,2	22,1	112	0
Итого			600	20,5	17,1	98,2	630	9,25
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,1	5,6	19,9	155	5
2008	265	ПЛОВ	250	4	8,6	37,9	244	1,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			670	11,9	14,3	82,9	507	6,65
Шведский стол								
2008		ГРУША	100	0,4	0,3	10,2	47	5
2012		САЛАТ СЛОЕНКА	100	7,7	17,9	7,1	220	4,1
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,6	4,3	9	81	13,4
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,1	5,6	19,9	155	5
2011	294	СУФЛЕ МЯСНОЕ	50	11,2	16,7	0,9	200	0,8
2012	277	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	0,4	1,9	2,4	29	0,5
2012	255	БУЖЕНИНА ЗАПЕЧЕННАЯ	50	1,6	4		43	0
2008	265	ПЛОВ	270	5,8	8,7	36,3	247	1,6
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6	5,6	28,9	190	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,6	34,9	211	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2011	422	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	40	6,1	5,2	41,5	237	0
2011	442	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	50	6,2	2,5	39,7	205	0
Итого			1530	60,3	78,4	255,9	1973	30,45
Всего			92,7	109,8	437	3110	46,35	

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание /Бондусь Н.А./

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru





Годовщина:
10 лет МИИТу
Министерство
образования и
науки Российской Федерации