

# МЕНЮ

вторник, 27 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		ВАФЛИ	2	1,7	2	46,4	212	0
2012	275	МЯСО ПРЕСОВАННОЕ	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
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,8	0,2	18,4	87	0
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>10,2</b>	<b>6,9</b>	<b>114,9</b>	<b>566</b>	<b>0,75</b>
<b>Обед</b>								
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
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,1	0,2	20,1	95	0
<b>Итого</b>			<b>730</b>	<b>15,1</b>	<b>13,5</b>	<b>94,3</b>	<b>559</b>	<b>4,5</b>
<b>Шведский стол</b>								
2008		ГРУША	100	0,4	0,3	10,2	47	5
2008	53	ВИНЕГРЕТ	100	1,9	11,4	6,7	139	6,7
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ 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
		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
<b>Итого</b>			<b>1570</b>	<b>80,2</b>	<b>92,1</b>	<b>229,1</b>	<b>2090</b>	<b>41,63</b>
<b>Всего</b>			<b>105,5</b>	<b>112,5</b>	<b>438,3</b>	<b>3215</b>	<b>46,88</b>	

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





Козырева  
Андрейна