Согласовано:
И.о. директора ГБОУ СО "Лицей № 57 (Базовая школа РАН)"
_____ Семкина Ольга Николаевна

МЕНЮ

вторник, 03 февраля, 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		ВАФЛИ	2	3,8	4,9	37,2	209	0
2012	275	МЯСО ПРЕССОВАННОЕ	1					0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	6,4	5,1	41	235	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,8	0,2	18,4	87	0
Итого			**408**	**13,3**	**10,2**	**111,7**	**592**	**0,05**
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,8	7,5	15,7	154	12,3
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	9,3	10,5	4,7	150	0,4
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	150	3,6	4,5	36,9	203	0,5
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			**660**	**22**	**22,8**	**92,4**	**662**	**13,2**
Шведский стол								
2008		ЯБЛОКО	100	0,7	0,2	6,2	33	46,2
2012	49	САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ И КУКУРУЗЫ	100	13	16,4	13	254	2,9
2012	45	САЛАТ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК	100	7,3	17,5	4	203	9,7
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,8	7,5	15,7	154	12,3
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	15,4	8,5	3,1	168	11,03
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	105	0,9	1,9	4,6	41	1
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	12,6	16,9	3	214	0,5
2011	294	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	60	8,7	14,5	0,8	169	0,8
2008	331	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	6,1	34,2	213	0
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	150	3,6	4,5	36,9	203	0,5
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
2012	474	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	60	6,9	6	50,9	285	0
2011	423	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	8,6	4	56,3	296	0
Итого			**1455**	**92,1**	**104,3**	**263,8**	**2388**	**84,93**
Всего				**127,4**	**137,3**	**467,9**	**3642**	**98,18**

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