

Согласовано:

И.о. директора ГБОУ СО "Лицей № 57
(Базовая школа РАН)"

Семкина Ольга Николаевна

МЕНЮ

24 февраля 2026 г.

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		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	9,7
2008	387	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2011	413	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	220	8,5	7,2	42,5	270	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	14,7	11,7	111,5	614	10,15
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,4	5	19,9	147	5
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	3,7	5,1	28,1	173	14,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
Итого			670	10,9	10,2	73,1	428	19,85
Шведский стол								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	9,7
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	1,2	5,1	3	66	7,3
2012	45	САЛАТ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК	100	7,3	17,5	4	203	9,7
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,1	5,6	19,9	155	5
2012	445	БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	14	22	2,9	265	0,2
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	3,7	5,1	28,1	173	14,8
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	50	0,4	1,9	2,4	29	0,5
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	11,2	5,1	4,7	108	0,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,6	34,9	211	0
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6	5,6	28,9	190	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	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,1	9,3	47,2	292	1,9
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,1	5,8	38,9	228	0
Итого			1670	67,7	89,1	249,5	2074	49,35
Всего				93,3	111	434,1	3116	79,35

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание в 3-й смене /Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «Ресторан» /Алексеева С.В.

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

E-mail: jurist@restora.ru