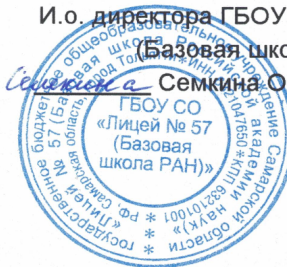


Согласовано:

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

Семкина Ольга Николаевна



## МЕНЮ

понедельник, 02 марта, 2026

Лицей 57

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	387	ПЕЧЕНЬЕ	50	3	2,4	37,5	183	0
2008		ФРУКТ	1	0,8	0,2	6,8	36	50,4
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	220	5,9	8,1	43,2	269	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	4,5	1,7	30,8	157	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
<b>Итого</b>			<b>541</b>	<b>14,5</b>	<b>12,4</b>	<b>133,4</b>	<b>706</b>	<b>50,75</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,6	6	5,6	91	5,3
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	60	0,6	1,9	3,4	34	0,6
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
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>12</b>	<b>13,6</b>	<b>63</b>	<b>423</b>	<b>5,95</b>
<b>Шведский стол</b>								
2008		ФРУКТ	100	10,9	13,2		162	0
2011		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	8,1	20,7	5,6	242	2,5
2012	49	САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ И КУКУРУЗЫ	100	13	16,4	13	254	2,9
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,6	6,7	5,6	97	5,3
		БОЛОНЬЕЗЕ С КУРИНЫМ ФАРШЕМ	250	20,8	13,5	52,4	414	1,4
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	0,6	1,6	3,4	32	1
2011	294	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	60	8,7	14,5	0,8	169	0,8
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6	5,6	28,9	190	0
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	150	3,6	4,5	36,9	203	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2012	474	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	60	11,9	12,4	50,9	364	0,1
2011	422	БУЛОЧКА ОРИГИНАЛЬНАЯ	40	6,1	5,2	41,4	236	0
<b>Итого</b>			<b>1480</b>	<b>95,1</b>	<b>114,4</b>	<b>264</b>	<b>2471</b>	<b>14,55</b>
<b>Всего</b>				<b>121,6</b>	<b>140,4</b>	<b>460,4</b>	<b>3600</b>	<b>71,25</b>

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание в 3-й смене /Бондусь Н.А./  
СанПин 2.3/2.4.3599-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru

