

Согласовано:

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

Семкина Ольга Николаевна

МЕНЮ

вторник, 10 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		
Завтрак								
2008	387	ПРЯНИК	1	3	2,4	37,5	183	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	4,5	5,7		71	0,1
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	220	4,3	6,5	40,8	240	0
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
Итого			521	16,6	16,3	124,2	712	0,15
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,2	6,4	13,3	131	3,8
2011	294	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	60	8,7	14,5	0,8	169	0,8
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	13,3	1	27,8	173	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
Итого			630	29	22	67	581	4,65
Шведский стол								
2008		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56	12
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,1	5,1	1,8	59	18
2011	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,3	12,7	11,6	167	2
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,6	5,9	13,3	124	3,8
		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	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	9,3	10,5	4,7	150	0,4
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	13,3	1	27,8	173	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
2012	474	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	60	6,9	6	50,9	285	0
2011	422	БУЛОЧКА ОРИГИНАЛЬНАЯ	40	6,1	5,2	41,4	236	0
Итого			1490	72,3	67,7	273,1	1994	38,65
Всего				117,9	106	464,3	3287	43,45

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание в 3/4 классах /Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restor.ru

