

Согласовано:

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

Семкина Ольга Николаевна



МЕНЮ

16 марта 2026 г.

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	387	ПЕЧЕНЬЕ	50	3	2,4	37,5	183	0
2008		ФРУКТ	1	0,8	0,2	6,8	36	50,4
2012	445	КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА	200	14	22	2,9	265	0,2
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			501	22,6	26,3	93,1	702	50,65
Обед								
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	28,8	189	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	12	13,6	62,9	422	5,95
Шведский стол								
2008		ФРУКТ	100	10,9	13,2		162	0
2011	28	САЛАТ ВЕСНА	250	6,5	16,9	2,9	190	3,6
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	0,3	4,2	5,7	62	0,4
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
2012	275	МЯСО ПРЕСОВАННОЕ	55	12,7	15,3		189	0
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
Итого			1685	93,5	113,7	254	2416	13,15
Всего				128,1	153,6	410	3540	69,75

Зав. производством

Кульгова Л. В.

Ответственный за питание: Б.З.И. /Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Ресторния" /Алексеева С.В.

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

E-mail: jurist@restor.ru

