

Согласованно:

Директор ГБОУ СО "Лицей № 57
(Базовая школа РАН)"
Семкина Ольга Николаевна



МЕНЮ

23 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	1	3,1	2,5	37,4	184	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	6,8	8,6		106	0,2
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	19	19,3	124,1	748	0,25
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	10	14,5	6,8	198	0,8
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	3,1	0,6	25,3	120	12,8
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	20,1	21,6	70,5	557	17,45
Шведский стол								
2008		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	9,5	46	9,7
2011	28	САЛАТ ВЕСНА	100	1,6	14,3	2,5	145	3,8
2008	34	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С ОВОЩАМИ	100	1,6	10,1	5,9	121	22
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	3,1	0,6	25,3	120	12,8
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			1480	62,8	73,8	263,3	1971	54,95
Всего				101,9	114,7	457,9	3276	72,65

Зав. производством

Кульгова Л. В.

Ответственный за питание в 3-м классе /Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restor.ru

