

Согласованно:

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



# МЕНЮ

25 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		ВАФЛИ	2	3,8	4,9	37,2	209	0
2012	275	МЯСО ПРЕСОВАННОЕ	1					0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	34,9	204	0
2008	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200			0,1	1	0,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					0
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>9,2</b>	<b>9,6</b>	<b>72,2</b>	<b>414</b>	<b>0,7</b>
<b>Обед</b>								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	8,1	6	11,5	133	0,1
2008	265	ПЛОВ	270	3,7	7,1	36,6	225	1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200					0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					0
<b>Итого</b>			<b>730</b>	<b>11,8</b>	<b>13,1</b>	<b>48,1</b>	<b>358</b>	<b>1,1</b>
<b>Шведский стол</b>								
2008		ГРУША	100	0,4	0,3	10,2	47	5
2012		САЛАТ СЛОЕНКА	100	9,3	21,9	0,1	233	0,3
2011	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	0,8	12,7	4	134	1,2
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,2	5,9	17	142	0,1
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	15,4	8,7	3,1	169	11,03
2008	265	ПЛОВ	250	0,3	8,1	1	78	1
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	12	13,2	3,4	182	1,5
2011	294	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	60	8,7	14,5	0,8	169	0,8
2011	142	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	2,7	10,3	22,1	192	11,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,7	4,1	13,3	103	24
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200					0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					0
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	0,5	8,7	3,2	94	0
2011	424	ПЛЮШКА Н, МОСКОВСКАЯ	50	0,4	6	2,9	67	0
<b>Итого</b>			<b>1590</b>	<b>58,4</b>	<b>114,4</b>	<b>81,1</b>	<b>1610</b>	<b>56,13</b>
<b>Всего</b>				<b>79,4</b>	<b>137,1</b>	<b>201,4</b>	<b>2382</b>	<b>57,93</b>

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание в 3/1 /Бондусь Н.А./  
СанПин 2.3/2.4.3599-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restona.ru

