

Согласованно:

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



МЕНЮ

четверг, 26 марта, 2026

Лицей 57

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	6,9	8,9		109	0
2008		БАНАН	100	1,2	0,4	16,2	74	7,7
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	220	4,9	7,7	43,8	263	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		БАТОН	55	2,8	0,2	18,4	87	0
Итого			605	16,1	17,2	93,5	594	8,05
Обед								
2011	294	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	50	9,6	12,2	11,5	193	0,6
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,1	5,5	9,1	103	10,9
2011	142	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	4,9	10,5	26,9	222	13,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			640	21,9	28,4	82,6	673	25,15
Шведский стол								
2008		БАНАН	100	0,7	0,2	6,2	33	46,2
2012	45	САЛАТ ОЛИВЬЕ	100	6,9	16,6	5,6	200	11,2
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	0,3	4,2	5,7	62	0,4
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,1	5,5	9,1	103	10,9
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	11,2	5,1	4,7	108	0,2
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	50	0,4	1,9	2,4	29	0,5
2012	275	МЯСО ПРЕСОВАННОЕ	55	12,7	15,3		189	0
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	12,6	16	3	207	0,5
2012	166	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ МОЗАЙКА	150	3,8	4,4	36,7	202	0,5
2011	142	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	4,9	10,5	26,9	222	13,6
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
2011	423	БУЛОЧКА С НАЧИНКОЙ	55	6,8	3,2	45	237	0
2011	442	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	50	6,2	2,5	39,7	205	0
Итого			1500	78,4	91,1	239	2095	84,05
Всего			116,4	136,7	415,1	3362	117,25	

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

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

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restona.ru

