

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

# МЕНЮ

среда, 15 апреля, 2026

## 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		ПРЯНИК	2	3	2,4	37,5	183	0
2012	275	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	1	14,8	17,9		221	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>23,2</b>	<b>25</b>	<b>72,5</b>	<b>609</b>	<b>0,7</b>
<b>Обед</b>								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	9,1	6,2	19,2	169	3,8
2008	265	ПЛОВ	270	3,8	7,2	38	233	1,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					0
<b>Итого</b>			<b>730</b>	<b>13,1</b>	<b>13,5</b>	<b>72,2</b>	<b>462</b>	<b>5,2</b>
<b>Шведский стол</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,7	47	9,9
2011		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	100	1,4	5,1	16,3	117	3,4
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	1,2	5,1	3	66	7,3
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,2	5,9	17	142	0,1
2008	265	ПЛОВ	250	3,9	8,6	37,9	244	1,5
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	0,6	1,6	3,4	32	1
2011	142	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	2,7	10,3	22,1	192	11,2
2008	331	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,8	34,2	201	0
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>1480</b>	<b>21,6</b>	<b>56,5</b>	<b>149,7</b>	<b>1202</b>	<b>34,4</b>
<b>Всего</b>				<b>57,9</b>	<b>95</b>	<b>294,4</b>	<b>2273</b>	<b>40,3</b>

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 "Рестория" /Алексеева С.В.

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

E-mail: jurist@restoria.ru

