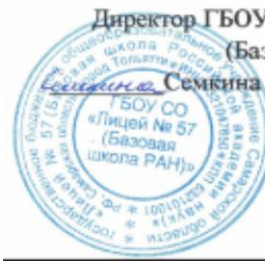


Согласованно:

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



МЕНЮ

17 апреля 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	ПРЯНИК	50	6,5	7,9		97	0
2008		ФРУКТ	1	0,6	0,1	5,7	30	42
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	9,9	15,5	0,6	181	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			451	21,8	25,2	52,2	526	42,05
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	28,9	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
Итого			630	12	13,6	63	423	5,95
Шведский стол								
2008		ФРУКТ	100	0,7	0,2	6,2	33	46,2
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	2,2	4,3	8,9	86	13,6
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С КУКУРУЗОЙ	110	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,6	6,7	5,6	97	5,3
2012	445	БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	14	22	2,9	265	0,2
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	0,6	1,6	3,4	32	1
2011	288	ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	13,2	21,7	6	272	0,5
2011	294	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	60	8,7	14,5	0,8	169	0,8
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	6,3	32,8	203	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,6	34,9	211	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	11,9	12,4	50,9	364	0,1
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,1	9,3	47,2	292	1,9
Итого			1520	73,4	106,9	224,8	2163	69,65
Всего				107,2	145,7	340	3112	117,65

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание: 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@restonia.ru

