

МЕНЮ

27 апреля 2026 г.

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	387	ПРЯНИК	50	3	2,4	37,5	183	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	6,9	8,9		109	0
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	220	5,9	8,1	43,2	269	0,3
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			570	20,6	21,1	126,6	779	0,35
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
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С КУКУРУЗОЙ	110	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,3	6,5	4,1	81	23,5
2012	49	САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ И КУКУРУЗЫ	100	13	16,4	13	254	2,9
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,6	6,7	5,6	97	5,3
		БОЛОНЬЕЗЕ С КУРИНЫМ ФАРШЕМ	250	17,7	10,4	52,4	373	1,3
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
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6	5,6	28,9	190	0
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	150	3,6	4,5	36,9	203	0,5
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	422	БУЛОЧКА ОРИГИНАЛЬНАЯ	40	6,1	5,2	41,4	236	0
Итого			1590	88,9	97,9	268,8	2321	82,15
Всего				121,5	132,6	458,4	3523	88,45

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание Б.З. Бондусь Н.А./

СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru