

Согласовано:
Директор ГБОУ СО "Лицей № 57 (Базовая школа РАН)"

Козырева
Людмила Александровна



МЕНЮ

3 сентября 2025

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								
211	6	БУТЕРБРОД МЯСНОЙ	80	9,5	9,1	20,6	202	0
2011	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	7,9	9,1	40	275	0,4
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			500	19,2	18,3	85,7	585	0,45
Шведский стол								
2008		БАНАН	100	1,2	0,4	16,2	74	7,7
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С КУКУРУЗОЙ	80	3,2	14,5	0,8	147	0,2
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,2	9,6	2,9	104	14
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,9	5,2	19	131	6,8
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,2	4,8	10,4	102	0,2
2008	265	ПЛОВ	250	4	8,6	37,9	244	1,6
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	50	0,4	1,9	2,4	29	0,5
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	10	10,5	7,7	164	0,4
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	8,4	27,5	209	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
Итого			1450	39,3	69,6	184,8	1523	31,45
Всего				58,5	87,9	270,5	2108	31,9

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание 6379000000 /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



