

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

Козырева
Людмила Александровна
Школа РАН



МЕНЮ

понедельник, 15 сентября, 2025

Лицей 57

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	80	7,4	17,6	5,7	213	0,2
2011	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	220	4,4	10,3	35,4	252	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			570	15,2	28,1	76,3	621	0,35
Шведский стол								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	9,7
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	140	1	10,2	6	122	15,9
2011	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	105	1,4	0,1	17,1	76	2,2
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,8	12,7	14,4	191	0,4
2012	439	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ П/Ф	185		9,7		87	0
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	70	1,3	9,8	8,2	126	0,5
2011	294	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	60	9,4	19,1	0,7	212	0,7
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206	0
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	165	4	8,6	38,4	246	1,1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	5,3	10,4	34,2	251	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	280	16,5	19,5	58,7	474	3,2
2011	422	БУЛОЧКА ОРИГИНАЛЬНАЯ	175	17,4	19,7	51,3	450	0
Итого			2000	65,3	124,9	291,2	2547	33,7
Всего				80,5	153	367,5	3168	34,05

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание Бондусь Н.А./

СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru

