

Согласовано:
и.о. директора ГБОУ СО "Лицей № 57
(Базовая школа РАН)"
Савинова Е.К.

МЕНЮ

вторник, 16 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								
2008		АПЕЛЬСИН	70	0,6	0,1	5,7	30	42
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	10	10,5	7,7	164	0,4
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	6,5	27,5	192	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3	0,2	20	95	0
Итого			530	19,6	17,3	65,8	500	42,4
Шведский стол								
2008		АПЕЛЬСИН	70	0,6	0,1	5,7	30	42
2011		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	5,9	17,9	5,6	208	2,4
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	0,9	10,1	4,9	114	3,4
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	3,7	6,6	7,9	107	3,3
2008	259	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	50	0,6	1,6	3,4	32	1
2011	294	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	9,3	10,5	4,7	150	0,4
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,6	34,9	211	0
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	6,5	27,5	192	0
2012	137	ОВОЩНОЕ РАГУ	150	1,6	4	9,2	79	27,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,1	0,2	20,1	95	0
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,8	9,3	38,8	258	0
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,1	5,8	38,9	228	0
Итого			1400	47,2	78,3	216,6	1764	80
Всего				66,8	95,6	282,4	2264	122,4

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание 63/1016/24 /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

