

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



**МЕНЮ**  
18.09.2025

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		
<b>Завтрак</b>								
2008		БАНАН	100	1,2	0,4	16,2	74	7,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	10,8	16,5	2	198	0,2
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
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>15,4</b>	<b>17,1</b>	<b>53,4</b>	<b>428</b>	<b>7,95</b>
<b>Шведский стол</b>								
2008		БАНАН	100	1,2	0,4	16,2	74	7,7
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,2	9,6	2,9	104	14
2012	45	САЛАТ ОЛИВЬЕ	100	8	18,3	6,8	225	3,5
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,6	5,9	13,3	124	3,8
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	80	15,5	11,5	4,2	181	0,3
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	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,5	4,8	20,3	134	10,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2011	423	БУЛОЧКА С МАКОМ	40	6,9	3,2	45	237	0
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,2	5,8	49,5	270	2,4
<b>Итого</b>			<b>1430</b>	<b>66,7</b>	<b>83,7</b>	<b>243,8</b>	<b>1995</b>	<b>43,45</b>
<b>Всего</b>				<b>82,1</b>	<b>100,8</b>	<b>297,2</b>	<b>2423</b>	<b>51,4</b>

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание 63 / 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

