

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

Козырева
Людмила Александровна

МЕНЮ 01.10.2025

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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	80	8,5	18	13	250	0,2
2011	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	220	8,8	10,7	46,7	318	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
Итого			500	17,6	28,7	74,8	629	0,55
Шведский стол								
2008		АПЕЛЬСИН	70	0,6	0,1	5,7	30	42
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С КУКУРУЗОЙ	110	5,9	16,8	1,7	182	0,6
2012	45	САЛАТ ОЛИВЬЕ	115	8,2	20,1	8,4	249	4,2
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,5	12,8	19,9	217	3
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	80	1,3	9,8	8,2	126	0,5
2011	294	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	65	9,4	19,1	0,7	212	0,7
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	16,3	11,7	7,8	219	11,1
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	85	15,9	14,4	6	216	0,3
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	180	4	8,6	38,4	246	1,1
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	11,3	27,5	235	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,3	10,4	34,2	251	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	3,1	0,2	20,1	95	0
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	605	16,5	19,5	58,7	474	3,2
2011	422	БУЛОЧКА ОРИГИНАЛЬНАЯ	395	17,4	19,7	51,3	450	0
Итого			2555	115,6	174,6	303,6	3262	66,7
Всего				133,2	203,3	378,4	3891	67,25

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание

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