Людмила

## **МЕНЮ** вторник, 07 октября, 2025

## Лицей 57

Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	D. was	Химический состав			Энерге- тическая	Вита-
рецеп- тур			Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал	мин С, мг
			Завтрак					
2012	275	МЯСО ПРЕСОВАННОЕ	1	15,9	19,2		236	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,5	4,8	20,3	134	10,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,8	0,2	18,4	87	0
Итого			500	21,2	24,2	53,3	515	10,3
			Обед	•			•	
2012		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,7	12,6	12,7	184	12,6
2008	265	плов	270	4,1	10,2	38,7	264	2,3
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
Итого			730	12,1	23,1	86,5	603	14,9
		Шв	едский ст	ол			•	
2008		АРБУЗ	100	4	0,1	3,8	18	4,6
2011	28	САЛАТ ВЕСНА	100	1,6	8,2	3,4	95	9
2011	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С АПЕЛЬСИНОМ	100	1,7	8,2	12,3	131	5,2
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,8	4,9	12,8	115	12,7
2008	265	плов	250	4	8,6	37,9	244	1,6
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	0,6	1,6	3,4	32	1
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	9,3	10,5	4,7	150	0,4
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	13,3	1	27,8	173	0
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,8	4,3	9,8	93	27
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,1	0,2	20,1	95	
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5	- , -	38,8		
2012	474	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	60	11,3	11,5	50,9	354	0
Итого			1530	62,7	68,5	240,7	1818	61,5
Всего				96	115,8	380,5	2936	86,7

Зав.производством

Кулыгова Л. В.

/Бондусь Н.А./

Ответственный за питание 6 3/ 5/16/20

СанПиН 2.3/2.4.3596-20

**УТВЕРЖДАЮ** 

УТВЕРЖДАЮ В РЕТОРИЯ
Генеральный наректор ОСО: Рестория

/ Алексеева С.В.

Россия, 443066, Самара, урготогна Разина, 101 E-mail: jurist@restona 18 г. САМАР

