

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

Козырева
Людмила Александровна

МЕНЮ

8 октября 2025 г.

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		БАНАН	100	1,2	0,4	16,9	177	8,1
2011	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	7,4	11,4	34,2	268	0,2
2008	430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3		15,2	63	0,85
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,2	0,2	14,4	68	0
Итого			550	11,1	12	80,7	576	9,15
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	6	6	22,6	169	2,9
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	85	0,6	1,9	3,2	33	0,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	4,9	4,8	30,7	185	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			695	14	13	86,6	518	3,7
Шведский стол								
2008		БАНАН	84	1,3	0,4	17,6	81	8,4
2011		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	140	6,4	17,9	7,2	217	7,7
2012	45	САЛАТ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК	90	5,6	14,9	2,5	167	7,6
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,5	12,8	19,9	217	3
2011	288	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	70	10,6	20,4		226	0,4
2011	294	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	70	9,4	19,1	0,7	212	0,7
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	105	2	9,8	11,3	142	1,3
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206	0
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	11,3	27,5	235	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	220	5,3	10,4	34,2	251	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	220	16,5	19,5	45,6	424	3,4
2011	422	БУЛОЧКА ОРИГИНАЛЬНАЯ	260	17,4	19,7	51,3	450	0
Итого			1989	92,1	161,1	285,6	2959	32,5
Всего				117,2	186,1	452,9	3953	45,35

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