

Директор ГБОУ СО "Лицей № 57 (Вазовая школа РАН)"

Согласовано:

Козырева
Людмила Александровна

МЕНЮ

вторник, 14 октября, 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								
2012	275	МЯСО ПРЕССОВАННОЕ	1	15,9	19,2		236	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	11,4	30,2	250	0
2008	442	СОК	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,8	1,5	25,7	131	0
Итого			436	27,4	32,3	76,1	703	4
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	6,5	7,5	19,6	173	16,7
2008	265	ПЛОВ	250	3,9	8,6	37,9	244	1,5
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
Итого			710	13,7	16,4	92,6	572	18,2
Шведский стол								
2012	385	КИВИ	100	0,3	0,3	8,2	39	3,4
2011		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	8,1	20,7	5,6	242	2,5
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,1	10,2	4,2	116	22,7
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,8	7,5	15,7	154	12,3
2008	265	ПЛОВ	250	4	8,6	37,9	244	1,6
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	15,4	8,5	3,1	168	11,03
2011	294	СУФЛЕ МЯСНОЕ	50	11,2	16,7	0,9	200	0,8
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	105	0,5	1,9	2,7	31	0,7
2008	331	СПАГГЕТИ ОТВАРНЫЕ	220	5,3	5	34,2	202	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	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,1	0,2	20,1	95	0
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	8,2	13,5	38,8	310	0
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,2	5,8	40,1	235	3,6
Итого			1705	72,2	103,3	236,3	2189	85,63
Всего				113,3	152	405	3464	107,83

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.4.3550-20

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Ресторан" / Алексеева С. В.

Россия, 443066, г. Самара, ул. Степана Разина, 101

E-mail: jurist@reston.ru