

МЕНЮ

четверг, 16 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								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	10,8	16,3	2	197	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	4,5	1,7	30,8	157	0
Итого			500	16	18,4	56,5	456	9,05
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,6	5,9	13,3	124	3,8
2008	259	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	50	0,6	1,6	3,4	32	1
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	13,3	1	27,8	173	0
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
Итого			670	21,9	8,7	79,7	485	4,85
Шведский стол								
2012	385	КИВИ	100	0,4	0,4	9,2	44	3,9
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКОМ	100	1,4	5,1	9,6	91	14,6
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,7	10,1	2,3	103	9,1
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,6	5,9	13,3	124	3,8
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
		БОЛОНЬЕЗЕ С КУРИНЫМ ФАРШЕМ	250	20,8	13,5	52,4	414	1,4
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	13,3	1	27,8	173	0
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	11,3	27,5	235	0
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
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,1	5,8	38,9	228	0
2011	442	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	50	6,2	2,5	39,7	205	0
Итого			1585	73,6	74,4	259,5	2004	34,35
Всего				111,5	101,5	395,7	2945	48,25

Зав. производством

Кудыгова П. В.

Секретариат
Ответственный за питание /Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.4.3596-20

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор ООО "Рестория" /  / Алексеева С.В.

Россия, 443066, Самара, ул. Степана Разина, 101
E-mail: jurist@restoria.ru



