

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

Согласовано:
Козырева
Людмила Александровна
школа РАН)

МЕНЮ

вторник, 21 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 ПРЕСОВАННОЕ	70					0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,3	5,5	45,2	247	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	0
Итого			500	8,1	7	75,8	397	0
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,4	5	19,9	147	5
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	50	0,5	1,9	2,7	31	0,7
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6	5,6	28,9	190	0
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			660	15,2	12,8	86,6	523	5,7
Шведский стол								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	9,7
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	1,2	5,1	3	66	7,3
2011		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	8,1	20,7	5,6	242	2,5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,4	5	19,9	147	5
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	105	0,5	1,9	2,7	31	0,7
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	10	11,2	4,7	158	0,4
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	15,4	8,5	3,1	168	11,03
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,3	5,5	45,2	247	0
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,2	4,4	25,5	150	0
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			1415	64,2	82,3	233,2	1955	40,23
Всего				87,5	102,1	395,6	2875	45,93

Зав. производством

Ответственный за питание /Бондусь Н.А./

СанПин 2.3/2.4.3590-20

Кулыгова Л. В.

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru