

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

Козырева
Людмила Александровна
школа РАН)

МЕНЮ

среда, 22 октября, 20

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	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	220	6,5	7,6	42,7	264	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			540	8,7	8,1	76,4	413	9,15
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,8	7,5	15,7	154	12,3
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	3,4	4,6	25,9	159	13,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			650	11	12,2	66,7	421	25,95
Шведский стол								
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,7	0,2	6,2	33	46,2
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,3	9,6	3,7	108	15
2012	45	САЛАТ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК	100	3,4	15,8	3,8	172	10,1
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,8	7,5	15,7	154	12,3
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	3,4	4,6	25,9	159	13,6
2011	294	СУФЛЕ МЯСНОЕ	50	11,2	16,7	0,9	200	0,8
2012	277	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	0,4	1,9	2,4	29	0,5
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	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2011	422	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	40	6,1	5,2	41,5	237	0
2011	442	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	50	6,2	2,5	39,7	205	0
Итого			1440	57,4	69,4	202,5	1671	125,55
Всего				77,1	89,7	345,6	2505	160,65

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание: Бондусь Н.А./

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