

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

Козырева
Людмила Александровна
школа РАН

МЕНЮ

четверг, 23 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		БАНАН	100	1,2	0,4	16,2	74	7,7
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	140	1,8	5,5	32,2	183	4,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			14,7	60	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
Итого			490	6,8	6,2	88,2	435	13,4
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,6	5,9	13,3	124	3,8
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	5,4	5,7		73	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,5	4,9	20,3	135	10,3
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			620	14,3	16,6	58,7	440	14,15
Шведский стол								
2008		БАНАН	100	1,2	0,4	16,2	74	7,7
2011	28	САЛАТ ВЕСНА	100	1,6	8,2	3,4	95	9
2011	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,3	12,7	11,6	167	2
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200	6,8	6,7	13,3	140	3,8
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	12,6	16,9	3	214	0,5
2012	289	ПЕРЕЦ ФАРШИРОВАННЫЙ	70	9	10,6	1,5	138	30,4
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	85	15,5	11,5	4,2	181	0,3
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	0,6	1,6	3,4	32	1
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	6,5	27,5	192	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,5	4,8	20,3	134	10,3
2008	331	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180	5,4	5,6	34,9	211	0
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	423	БУЛОЧКА С НАЧИНКОЙ	55	7	3,2	45,7	240	0
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,1	5,8	38,9	228	0
Итого			1590	76,4	94,6	249	2154	65,05
Всего				97,5	117,4	395,9	3029	92,6

Зав. производством
Ответственный за питание: Кулыгова Л. В.
СанПин 2.3/2.4.3550-20 /Бондусь Н.А./

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

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