

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

ГБОУ СО
"Лицей № 57 (Базовая школа РАН)"
Козырева
Людмила Александровна

МЕНЮ
10.11.2025

Лицей 57

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	80	11,7	28,4	17,8	376	0,3
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	220	3,8	6,1	39,9	230	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
Итого			500	15,8	34,5	72,8	667	0,35
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	11,9	9,5	161	11
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	3,4	4,6	25,9	159	13,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
Итого			650	8,8	16,6	60,5	428	24,65
Шведский стол								
2008		БАНАН	100	1,2	0,4	16,2	74	7,7
2012	45	САЛАТ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК	100	7,2	29,1	3,9	307	9,7
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	1,2	5,1	3	66	7,3
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	11,9	9,5	161	11
2012	445	БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ	180	19,8	28,7	17,7	408	0,1
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	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6	8,4	27,5	209	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	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	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			1620	73,5	120,2	248,2	2374	50,75
Всего				98,1	171,3	381,5	3469	75,75

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание в 31 школе /Бондусь Н.А./

СанПин 2.3/2.4.35590-2011

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru

