Согласовано:
Директор ГБОУ СО "Лицей № 57 (Базовая школа РАН)"
_____ Козырева Людмила Александровна

МЕНЮ

четверг, 13 ноября, 2025

Лицей 57

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		БАНАН	110	1,3	0,4	17,8	81	8,5
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			**510**	**16,9**	**18,4**	**65,7**	**496**	**8,75**
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,4	5	19,9	147	5
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**	**22,7**	**7,8**	**86,3**	**508**	**6,05**
Шведский стол								
2012	385	КИВИ	100	0,4	0,4	9,2	44	3,9
2011	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,3	12,7	11,6	167	2
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	115	1,2	4,9	8,7	85	9,1
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,4	5	19,9	147	5
2012	439	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	150		2,4		22	0
2011	294	СУФЛЕ МЯСНОЕ	50	11,2	16,7	0,9	200	0,8
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	250	13,4	14	26,5	287	19,4
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	105	0,5	1,9	2,7	31	0,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,5	4,8	20,3	134	10,3
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	10	7,4	39,7	265	0
Итого			**1900**	**73,7**	**88,5**	**268,9**	**2174**	**51,25**
Всего				**113,3**	**114,7**	**420,9**	**3178**	**66,05**

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