

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

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

МЕНЮ
19 ноября 2025 г.

Лицей 57

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	120	0,8	0,2	6,9	37	21
2012	445	БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ	180	19,8	28,7	17,7	408	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
Итого			500	20,9	28,9	39,7	506	21,15
Обед								
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
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			570	7,2	7,5	45	277	5,05
Шведский стол								
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,7	0,2	6,2	33	46,2
2008	65	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	1,2	5,1	7,4	80	10,3
2008	39	САЛАТ АРОМАТНЫЙ	100	6,7	13,3	5,7	170	10,2
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,4	5	19,9	147	5
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	85	15,5	11,5	4,2	181	0,3
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	50	0,4	1,9	2,4	29	0,5
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	10	11,2	4,7	158	0,4
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206	0
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6	5,6	28,9	190	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
2012	474	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	60	6,9	6	50,9	285	0
2011	422	БУЛОЧКА ОРИГИНАЛЬНАЯ	40	6,1	5,2	41,4	237	0
Итого			1455	69,7	75,3	269,4	2035	72,95
Всего				97,8	111,7	354,1	2818	99,15

Зав. производством
Ответственный за питание /Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.4.3599-20

Кулыгова Л. В.

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

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