

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

Козырева
Людмила Александровна

МЕНЮ

21 ноября 2025 г.

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		БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	80	0,7	0,2	6	32	18,5
2012	445	КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА	220	19,8	28,7	17,7	408	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
Итого			500	21,2	29,3	48,6	548	28,65
Обед								
2012	67	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5	13,3	9,5	178	11
		БОЛОНЬЕЗЕ С КУРИНЫМ ФАРШЕМ	250	20,8	13,5	52,4	414	1,4
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			670	27,6	26,9	87	700	12,45
Шведский стол								
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,7	0,2	6,2	33	46,2
2008	39	САЛАТ АРОМАТНЫЙ	100	6,7	13,3	5,7	170	10,2
2012	45	САЛАТ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК	100	3,7	14,2	0,4	144	0
2012	67	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	11,9	9,5	161	11
		БОЛОНЬЕЗЕ С КУРИНЫМ ФАРШЕМ	250	20,8	13,5	52,4	414	1,4
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
2012	406	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	1	6	4,9	79	8,8
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	5,3	41,4	236	0
Итого			1470	65,3	88,2	241,3	2023	78,55
Всего				114,1	144,4	376,9	3271	119,65

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание 6319 /Бондусь Н.А./

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restona.ru