

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

Козырева  
Людмила Александровна

**МЕНЮ**  
**24 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		АПЕЛЬСИН	120	0,8	0,2	6,9	137	21
2012	445	БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ	180	14,5	22,3	17,7	329	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>15,6</b>	<b>22,5</b>	<b>39,7</b>	<b>527</b>	<b>21,15</b>
<b>Обед</b>								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,4	5	19,9	147	5
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	3,7	5,1	28,2	173	14,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>10,9</b>	<b>10,2</b>	<b>73,2</b>	<b>428</b>	<b>19,85</b>
<b>Шведский стол</b>								
2008		ГРУША	100	0,4	0,3	10,3	47	5
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ С КУКУРУЗОЙ	110	3	21,6	1,2	212	0,7
2012	45	САЛАТ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК	100	7,2	29,1	3,9	307	9,7
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,2	5,2	19,9	152	4,9
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	3,7	5,1	28,1	173	14,8
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	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5	9,3	38,8	258	0
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,2	5,8	49,5	270	2,4
<b>Итого</b>			<b>1500</b>	<b>52,5</b>	<b>99,8</b>	<b>250,5</b>	<b>2110</b>	<b>38,45</b>
<b>Всего</b>				<b>79</b>	<b>132,5</b>	<b>363,4</b>	<b>2965</b>	<b>79,45</b>

Зав. производством Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание Бондусь Н.А.

СанПин 2.3/2.4.3599-20

УТВЕРЖДАЮ Алексеева С.В.  
Генеральный директор ООО "Рестория", Алексеева С.В.

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

