

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

Козырева
Людмила Александровна



МЕНЮ

понедельник, 08 декабря, 2025

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		АПЕЛЬСИН	120	0,3	0,1	2,4	13	7,3
2012	445	БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	10	15	17,1	243	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
Итого			500	10,6	15,1	34,6	317	7,45
Обед								
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
Итого			670	10,9	10,2	73,2	428	19,85
Шведский стол								
2008		МАНДАРИН	100	0,7	0,2	6,1	31	30,9
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	120	2,1	10,1	14	159	33,8
2011	28	САЛАТ ВЕСНА	100	1,6	9,7	2,5	103	14,8
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,2	5,2	19,9	152	4,9
2012	445	БЛИНЧИКИ П/Ф С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	10	15	17,1	243	0,1
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	3,7	5,1	28,1	173	14,8
2012	277	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	50	12,7	14,4	2,4	191	1
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	5,1	9,3	47,2	292	1,9
2011	430	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,2	7,1	47	276	0,1
Итого			1690	69,7	97,6	280,7	2282	102,75
Всего				91,2	122,9	388,5	3027	130,05

Зав. производством

Ответственный за питание: Бондусь Н.А.

СанПин 2.3/2.4.3590-20

Кулыгова Л. В.

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restora.ru

