

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

Согласовано:
Козырева
Людмила Александровна

МЕНЮ

вторник, 16 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								
2012	275	МЯСО ПРЕССОВАННОЕ	1					0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	6,4	5,1	41	235	0
2008	442	СОК	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,8	0,2	18,4	87	0
Итого			406	10,2	5,5	79,6	408	4
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,8	7,5	15,7	154	12,3
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	9,3	10,5	4,7	150	0,4
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	150	3,6	4,5	36,9	203	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			660	22	22,8	92,4	662	13,2
Шведский стол								
2012	385	КИВИ	100	0,4	0,4	9,2	44	3,9
2008	53	ВИНЕГРЕТ МОРСКОЙ	100	5,1	14,7	5,7	177	6,1
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	1,2	5,1	3	66	7,3
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,8	7,5	15,7	154	12,3
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	12	13,2	3,4	182	1,5
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	9,3	10,5	4,7	150	0,4
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	85	12,9	10,6	4,2	164	0,2
2012	275	МЯСО ПРЕСОВАННОЕ	1					0
2008	352	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	13,3	1	27,8	173	0
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	150	3,6	4,5	36,9	203	0,5
2008	331	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	6,1	34,2	213	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,1	0,2	20,1	95	0
2012	474	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	60	6,9	6	50,9	285	0
2011	423	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	8,6	4	56,3	296	0
Итого			1506	87,7	83,9	287,1	2262	32,2
Всего				119,9	112,2	459,1	3332	49,4

Зав. производством

Ответственный за питание 6.3.1.2006-2011 /Бондусь Н.А./
СанПин 2.3/2.4.3550-20

Кулыгова Л. В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «Ресторан» /Алексеева С.В.

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

E-mail: jurist@restora.ru