

МЕНЮ

среда, 17 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		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	147	10
2011	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	220	8,2	6,8	44,1	271	0,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,2	1,2	22,1	112	0
Итого			570	12,1	8,4	91,1	591	10,45
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,2	5,2	19,9	152	4,9
2008	265	ПЛОВ	250	4	8,6	37,9	244	1,6
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	12	13,9	82,9	504	6,55
Шведский стол								
2012	385	КИВИ	100	0,4	0,4	9,2	44	3,9
2011		САЛАТ ВИОЛЕТТА	100	2,1	12,4	6,8	147	3,3
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,6	4,3	9	81	13,4
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,2	5,2	19,9	152	4,9
2011	294	СУФЛЕ МЯСНОЕ	50	11,2	16,7	0,9	200	0,8
2012	277	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	0,4	1,9	2,4	29	0,5
2008	265	ПЛОВ	270	13,1	14,9	36,3	332	1,6
2012	70	СЕРДЕЧКИ В СЫРНОМ СОУСЕ	80	11,3	6,8		108	1,2
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
2011	422	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	40	6,1	5,2	41,5	237	0
2011	442	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	50	6,2	2,5	39,7	205	0
Итого			1560	71,8	81,6	254,6	2044	29,65
Всего				95,9	103,9	428,6	3039	46,65

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание

СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Рестория" /

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

E-mail: jurist@restoria.ru



Согласовано:
Козырева
Александровна