

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

Козырева  
Людмила Александровна

## МЕНЮ

понедельник, 29 декабря, 2025

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

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		ПЕЧЕНЬЕ ЕЛОЧКА	1	0,4	0,4	9,8	47	10
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	220	6,7	7,6	42,3	263	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	4,5	1,7	30,8	157	0
Итого			590	11,9	9,7	98	528	10,35
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,1	5,5	9,1	103	10,9
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	3,7	4,7	28,1	170	14,7
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	9,6	10,3	62,3	381	25,65
Шведский стол								
2008		МАНДАРИН	100	0,7	0,2	6,1	31	30,9
2012		САЛАТ ИЗУМРУД	100	7,9	17	7,2	212	3,8
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,1	5,5	9,1	103	10,9
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	3,7	4,7	28,1	170	14,7
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
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	12,6	16,9	3	214	0,5
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6	5,6	28,9	190	0
2012	166	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ МОЗАЙКА	150	3,8	4,4	36,7	201	0,5
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			1430	64,5	80,7	228,7	1900	62,65
Всего				86	100,7	389	2809	98,65

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание 6.31.0000000 /Бондусь Н.А./

СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: jurist@restoria.ru