



ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

Обед для обучающихся с 7 по 11 класс, получающих питание за счет
родительских средств (шведский стол)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
ТАБ 24/96	16236	Арбуз очищенный Арбуз с/а	200	2,30	0,38	22,27	101,76
Таб. №24/96	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84
ТТК	7655	Салат Витаминный с маслом растительным Капуста свежая / Лимонная кислота / Вода / Яблоко свежее Молдова / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Сахар песок	100	1,33	5,13	11,49	97,45
ТТК	9193	Салат из крабовых палочек с капустой Крабовые палочки / Яйцо свежее / Лук репчатый п/ф / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Соус майонезный / Вода / Лимонная кислота	80	3,30	9,90	4,56	120,54
№ 36/97	2395	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Заправка для салатов: (Масло растительное / Вода / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота) / Огурец свежий	100	0,58	5,03	2,58	57,91
Вторые блюда							
237/2014 ДеЛи принт	17754	Запеканка творожная с молоком сгущенным Творог 3%жирности / Соль йодированная / Сахар песок / Яйцо свежее / Крупа манная / Сухари панировочные / Масло растительное / Молоко сгущенное	75/10	15,19	11,01	19,60	238,28
№ 393/97	656	Сосиска отварная Сосиски "Вятские"	60	6,80	14,77	0,25	161,13
ТТК №29	БП-00001456	Шницель из индейки Фарш из индейки / Хлеб из пшеничной муки в/с / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	1,26	3,25	7,75	65,27
401/96	6465	Гуляш из свинины Свинина п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69
377/96	7534	Шашлык из филе цыплят Груда куриная / Перец черный молотый / Соль йодированная / Шпалжи / Соус Юса для детей / Масло растительное / Томатная паста	50	34,64	20,22	2,57	330,82
Гарниры и соусы							
ТТК	9549	Рис Мозайка Рис Мозайка: (Рис / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Кукуруза консервированная / Горошек зеленый консервированный / Соль йодированная)	100	3,25	4,71	27,28	164,51
469/96	15763	Спагетти отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84
Третьи блюда							
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92
Мучные изделия							
ТТК №28	8460	Булочка Майская Ванилин / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Мука в/с / Повидло / Сахар песок / Соль йодированная / Масло сливочное "Пестровка" 72%	50	9,23	2,63	34,79	199,75
№766/04	2379	Сдоба обыкновенная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное / Масло растительное	50	4,25	3,17	29,65	164,13
№ 687/96	8985	Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Фарш картофельный с луком: (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее	50	3,35	1,89	22,39	119,97
Хлеб							
ПП	12649	Хлеб ржанно-пшеничный Хлеб из пшеничной муки в/с	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Зав. производством

Ответственный за питание: Газизова О.Н. /
СанПин 2.3/2.1.3590-20УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Любава" / Мухина О.А. /

Россия, 445000, Самарская обл., Тольятти, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

E-mail: ooo-lubava-82@yandex.ru