

ООО "Любава"

Согласовано:
ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

Коняхина Юлия Станиславовна



ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Таб.№24/96	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84
ТТК	8977	Салат из моркови Солнышко Салат из моркови Солнышко: (Морковь свежая п/ф / Изюм / Апельсины свежие / Сахар песок)	100	1,32	0,16	22,96	98,56
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	14598	Салат Обжорка Салат Обжорка: (Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Филе куриное зам. / Огурцы консервированные / Соус майонезный / Соль йодированная)	50	3,29	5,87	1,49	71,96
40/97.20/2004	7640	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Помидор свежий / Огурец свежий / Заправка для салатов: (Масло растительное / Вода / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота) / Лук репчатый п/ф	100	7,00	6,15	4,10	99,75
Вторые блюда							
№501/96	6881	Грудка куриная запеченная Грудка куриная / Масло растительное / Соль йодированная	55	13,59	14,22	0,05	182,54
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
ТТК	БП-00001449	Котлета Пожарская (фарш кур.) Фарш куриный / Хлеб из пшеничной муки в/с / Яйцо свежее / Масло сливочное "Пестравка"72% / Сахари панировочные / Молоко "Домашкино"2,5% / Соль йодированная / Масло растительное	60	10,55	11,66	10,25	188,13
№ 393/97	656	Сосиска отварная Сосиски "Бятские"	60	6,80	14,77	0,25	161,13
728/04	16947	Блинчики со сгущенным молоком Блинчики (оболочка): (Мука в/с / Молоко "Домашкино"2,5% / Яйцо свежее / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное) / Молоко сгущенное	90/10	1,50	1,46	8,89	54,73
Гарниры и соусы							
65	14478	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2%: (/ Вода) / Масло сливочное "Пестравка"72% / Соль йодированная	100	1,82	2,60	14,06	86,91
ТТК №7	БП-00005661	Рис оригинальный Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная / Томатная паста	100	2,47	3,33	24,82	139,19
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	10388	Крендель с сахаром Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода	75	5,91	8,94	46,31	289,34
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Молоко "Домашкино"2,5% / Повидло / Масло сливочное "Пестравка"72% / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок	50	4,18	4,19	30,19	175,19
687/96	15203	Пирожок с яблоками Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее / Фарш мясной (местное): (Яблоко свежее местное / Сахар песок)	50	0,78	0,63	8,29	41,96
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
СанПиН 2.3.2/4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Любава" / *Мухина О. А./

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

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