

МЕНЮ

на 29.09.2022

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							
49/2013	1130	Салат "Ароматный" Капуста свежая / Огурец свежий / Лимонная кислота / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Зелень / Соль йодированная	100	1,28	10,00	3,43	108,84
№ 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
Таб.№24/96	6864	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Молдова	120	0,48	0,48	11,76	53,28
Таб.№24/96	6871	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	135	2,03	0,68	28,35	127,64
ТТК	БП-00000350	Салат Оливье с колбасными изделиями Колбаса варенная "Городская" / Картофель п/ф / Огурцы консервированные / Яйцо (Яйцо свежее) / Соус "Юса для детей" / Зелень / Соль йодированная / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф	100	4,92	2,63	11,35	88,71
Вторые блюда							
599/3/83г.	00000397	Поджарка по-домашнему Свинина п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Соль йодированная / Перец черный молотый	30/15	1,17	7,53	2,49	82,38
ТТК №31	БП-00000517	Биточки рубленые из мяса Фарш (гов.-кур) / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Хлеб из пшеничной муки в/с	50	7,10	7,12	13,23	145,38
№ 393/97	656	Сосиска отварная Сосиски "Вятские"	60	6,80	14,77	0,25	161,13
ТТК	БП-00000419	Котлета рубленая куриная Фарш куриный / Хлеб пшеничный / Молоко "Домашнее" 2,5% / Сухари панировочные / Масло растительное / Перец черный молотый / Соль йодированная	75	11,72	9,28	12,91	182,03
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
Гарниры и соусы							
469/96	15763	Спагетти отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84
65	14478	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2% (/ Вода) / Масло сливочное "Пестровка" 72% / Соль йодированная	100	1,82	2,60	14,06	86,91
Третьи блюда							
623/96	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							
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Ванилин / Яйцо свежее / Яйцо свежее	50	4,15	3,90	29,51	169,74
ТТК	БП-00000468	Булочка Гребешок со сгущенным молоком Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Мука в/с / Молоко сгущенное вареное / Сахарная пудра / Масло растительное / Яйцо свежее	40	6,15	4,35	27,20	172,55
№ 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:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Газизова О.Н. /

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Любава" /

Мухина О. А. /

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

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