



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	Ккалл
Холодные блюда							
Таб.№24/96	8564	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Молдова	135	0,54	0,54	13,23	59,94
Таб.№24/96	8952	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	115	1,65	0,55	23,10	103,95
№ 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
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	5937	Салат из крабовых палочек с капустой Крабовые палочки / Яйцо свежее / Лук репчатый п/ф / Кукуруза консервированная / Вода / Лимонная кислота / Соус / Юса для детей / Капуста свежая	100	4,12	12,37	5,70	150,61
Вторые блюда							
377/96	7534	Шашлык из филе цыплят Грудка куриная / Перец черный молотый / Соль йодированная / Шпакли / Соус / Юса для детей / Масло растительное / Томатная паста	50	34,64	20,22	2,57	330,82
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Хлеб из пшеничной муки в/с / Молоко "Домашкино" 2,5% / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Фарш куриный	50	8,26	2,97	9,11	96,22
ТТК	16713	Котлета натуральная панированная Свинина п/ф / Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная	50	4,78	11,34	11,31	166,41
№ 393/97	656	Сосиска отварная Сосиски "Вятские"	60	6,80	14,77	0,25	161,13
682/96	1836	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Мука в/с / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная / Молоко "Домашкино" 2,5%) / Масло растительное / Молоко сгущенное	150/20	13,88	16,22	77,69	512,26
Гарниры и соусы							
ТТК №3	БП-00005656	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло растительное / Соль йодированная	150	7,56	4,98	34,26	212,07
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							
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							
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное / Вода / Масло растительное	50	3,95	2,10	26,60	141,10
695/96	11577	Ватрушка с повидлом Тесто дрожжевое для ватрушек, расстегаев: (Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода) / Мука в/с / Повидло / Яйцо свежее / Масло растительное	50	3,28	3,42	32,69	174,66
ТТК	17431	Пирожок со свежей капустой и луком Яйцо свежее / Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Фарш из свежей капусты с луком: (Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	50	1,26	3,80	4,12	55,75
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" / [Подпись] / Мухина О. А. /

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

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