



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
<b>Холодные блюда</b>							
Таб.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Таб.№24/96	3598	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	115	1,17	0,26	10,53	49,14
№ 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	БП-00005740	Салат Надежда (колбаса вареная) Капуста свежая / Огурец свежий / Зелень / Соус Юса для детей / Колбаса вареная "Тордовская" / Соль йодированная / Лимонная кислота	100	1,57	1,15	3,37	30,14
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
<b>Вторые блюда</b>							
237/2014 ДеЛи принт	17754	Запеканка творожная с молоком сгущенным Творог 3% жирность / Соль йодированная / Сахар песок / Яйцо свежее / Крупа манная / Сухари панировочные / Масло растительное / Молоко сгущенное	75/10	15,19	11,01	19,60	238,28
403/96	16889	Плов из мяса Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Перец черный молотый / Рис / Соль йодированная / Томатная паста	30/150	4,67	8,30	39,99	253,31
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
№ 393/97	656	Сосиска отварная Сосиски "Вятские"	60	6,80	14,77	0,25	161,13
<b>Гарниры и соусы</b>							
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 "Пестрава" 72% / Соль йодированная	100	1,82	2,60	14,06	86,91
<b>Третьи блюда</b>							
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
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК №28	8460	Булочка Майская Ванилин / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Мука в/с / Повидло / Сахар песок / Соль йодированная / Масло сливочное "Пестрава" 72%	50	9,23	2,63	34,79	199,75
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное / Вода / Масло растительное	50	3,95	2,10	26,60	141,10
№ 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
<b>Хлеб</b>							
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 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

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

Россия, 445000, Самара область, Тольяттинский район, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

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