



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	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84
Таб. №24/96	8564	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Молдова	135	0,54	0,54	13,23	59,94
	10458	Салат из свеклы с сыром и чесноком Салат из свеклы с сыром и чесноком. (Свекла п/ф / Сыр Голландский п/твердый / Чеснок / Масло растительное)	80	4,01	15,66	6,56	183,22
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
Гарниры и соусы							
638/02	9899	Салат Мимоза (конс. рыб.) Салат Мимоза (конс. рыб.) (Консервы рыбные / Лук репчатый п/ф / Яйцо свежее / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Соус Юса для детей)	60	3,30	5,13	10,71	102,21
Вторые блюда							
ТТК	БП-00000520	Фрикадельки мясо-куриные Фарш (гов.-кур) / Хлеб из пшеничной муки в/с / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко "Домашнее" 2,5% / Соль йодированная / Перец черный молотый / Масло растительное	55	7,45	9,40	13,75	169,42
ТТК	14937	Филе куриное запеченное Филе куриное зам. / Масло растительное / Перец черный молотый / Соль йодированная / Соус Юса для детей	50	15,81	3,34	0,27	94,37
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
№ 393/97	656	Сосиска отварная Сосиски "Вятские"	60	6,80	14,77	0,25	161,13
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
Гарниры и соусы							
205/07 Дели принт	16493	Макаронны отварные с овощами Макаронны отварные с овощами (лук мор. том. паста). (Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное)	150	5,15	6,58	32,24	208,73
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							
528/96	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	175	Плюшка Московская Мука в/с / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное	50	2,20	2,10	26,60	134,10
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: Газизова О.Н. / СанПиН 2.3/2.1.3590-20

УТВЕРЖДАЮ
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