



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	11152	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	60	0,24	0,18	6,18	27,30
Таб.№24/96	12776	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	70	1,05	0,35	14,70	66,15
ТТК	6950	Салат "Витаминный" Салат Витаминный с маслом растительным: (Капуста свежая / Лимонная кислота / Вода / Яблоко свежее Молдова / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Сахар песок)	50	0,67	2,57	5,75	48,81
ТТК	6404	Салат из крабовых палочек с рисом Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Соус майонезный / Рис / Яйцо свежее / Соль йодированная	100	2,61	9,99	11,19	145,11
№40/97	6449	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой 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)	50	0,48	2,56	2,27	34,04
Вторые блюда							
290/07 ДеЛи принт	13914	Филе куриное тушеное в томатном соусе Филе куриное зам. / Масло растительное / Соль йодированная / Соус томатный(блюдо); (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый)	40/40	8,77	11,02	9,92	173,94
№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-00000431	Наггетсы куриные Наггетсы куриные Дана / Масло растительное	56	36,60	7,97	10,14	258,75
№ 393/97	656	Сосиска отварная Сосиски "Вятские"	60	6,80	14,77	0,25	161,13
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 песок / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное / Вода / Масло растительное	50	3,95	2,10	26,60	141,10
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) / Фарш 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
			Итого:	353,00			

Зав. производством

Ответственный за питание _____ Газизова О.Н. /
СанПиН 2.3/2.1.359-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

E-mail: ooo-lyubava-82@mail.ru