

МЕНЮ

на 30.11.2022

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							
ТТК	17842	Салат из свежих фруктов (апельсин,ябл,банан) Апельсины свежие / Яблоко свежее Молдова / Бананы свежие / Молоко сгущенное	100	1,93	1,61	20,19	102,99
Таб.№24/96	8584	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Молдова	135	0,54	0,54	13,23	59,94
укс	9308	Салат с крабовыми палочками и огурцом Огурец свежий / Лук репчатый п/ф / Яйцо свежее / Соус майонезный / Соль йодированная / Крабовые палочки / Кукуруза консервированная	100	5,03	15,83	6,74	189,55
40/97	10449	Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом : (Соус Юса для детей / Соль йодированная / Помидор свежий / Огурец свежий / Лук репчатый п/ф)	80	1,21	10,85	3,40	116,09
№71/2004	129	Винегрет овощной Картофель п/ф / Свекла п/ф / Огурцы консервированные / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф	100	1,63	10,04	8,38	130,40
Вторые блюда							
ТТК	БП-00005657	Свинина запеченная Свинина п/ф / Соус Юса для детей / Сыр Голландский п/твердый / Яйцо свежее / Сухари панировочные	50	2,46	3,41	3,40	54,13
ТТК №31	БП-00000517	Биточки рубленые из мяса Фарш (гов.-хв) / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Хлеб из пшеничной муки в/с	50	7,10	7,12	13,23	145,38
ТТК	БП-00000431	Наггетсы куриные Наггетсы куриные Дана / Масло растительное	56	36,60	7,97	10,14	258,75
664/96	5161	Пельмени отварные Пельмени "МБ" свино-хврейц / Соль йодированная / Лавровый лист / Масло сливочное "Пестровка"72%	125 /3	12,90	15,40	42,50	360,20
ТТК	14202	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ. Блинчики блнч. п/ф "Домашний" / Молоко сгущенное	90/10	0,91	1,04	5,92	36,66
Гарниры и соусы							
ТТК №2	БП-00005655	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло растительное / Соль йодированная	100	5,04	4,32	22,84	150,37
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							
687/96	15203	Пирожок с яблоками Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее / Фарш яблочный (местное): (Яблоко свежее местное / Сахар песок)	50	0,78	0,63	8,29	41,96
№ 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	3147	Булочка Золотистая Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Молоко "Домашинко"2,5% / Повидло / Масло сливочное "Пестровка"72% / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок	50	4,18	4,19	30,19	175,19
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 2.3/2.4.3596-20

Газизова О.Н.

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