

ООО "Любава"

Согласовано:
ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

Коняхина Юлия Станиславовна

МЕНЮ

на 05.12.2022



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	Ккалл
Холодные блюда							
Таб.№24/96	3598	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	115	1,17	0,26	10,53	49,14
Таб.№24/96	8564	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Молдова	135	0,54	0,54	13,23	59,94
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Соус майонезный / Кукуруза консервированная	1/10/10	13,25	16,50	2,87	212,97
ТТК	БП-00005820	Салат Светофор Горошек зеленый консервированный / Зелень / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Свекла п/ф / Соль йодированная / Соус Юса для детей	100	6,99	1,35	19,67	118,82
ТТК	7136	Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком Капуста свежая / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная	100	4,13	10,30	5,86	132,66
Вторые блюда							
ТТК	БП-00005657	Свинина запеченная Свинина п/ф / Соус Юса для детей / Сыр Голландский п/твердый / Яйцо свежее / Сахар панировочные	50	2,46	3,41	3,40	54,13
ТТК	БП-00000431	Наггетсы куриные Наггетсы куриные Дана / Масло растительное	56	36,60	7,97	10,14	258,75
№463 Сб.р.2004г.	БП-00000433	Тефтели куриные с рисом с соусом томатным Вода / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Томатная паста / Соль йодированная / Сахар песок / Фарш куриный	60/30	7,96	11,03	10,22	171,96
664/96	242	Пельмени отварные Пельмени "МБ" свино-курицей / Соль йодированная / Лавровый лист / Масло сливочное "Пестровка"72%	125/5	16,30	102,68	44,80	280,00
№ 294/96	3700	Сырники из творога со сгущенным молоком Молоко сгущенное / Сырники классические п/ф (Дана) / Масло растительное	90/10	21,47	13,74	23,49	303,50
Гарниры и соусы							
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 "Пестровка"72% / Соль йодированная	100	1,82	2,60	14,06	86,91
Третьи блюда							
629/96	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							
№ 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
687/96	9571	Пирожок с яблоками Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Фарш яблочный: (Яблоко свежее Молдова / Сахар песок) / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее	50	3,07	1,24	24,94	123,20
ТТК №28	8460	Булочка Майская Ванилин / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Мука в/с / Повидло / Сахар песок / Соль йодированная / Масло сливочное "Пестровка"72%	50	9,23	2,63	34,79	199,75
Хлеб							
пп	12649	Хлеб ржанно-пшеничный Хлеб из пшеничной муки в/с	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 403,00

Зав. производством

Ответственный за питание: Газизова О.Н. /
СанПиН 2.3/2.4.3596-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

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