ООО "Любава"

Согласовано:
ЛИЦЕЙ № 76 МБУ
Коняхина Юлия Станиславовна

# МЕНЮ
на 30.01.2023

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 | 6864 | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее Молдова | 120 | 0,48 | 0,48 | 13,52 | 60,32 |
| Таб.24/96 | 2464 | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 37,80 |
| ТТК | 7186 | Салат "Праздничный"<br>Салат Праздничный из филе цыплят: (Филе куриное зам. / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Яйцо свежее / Соус майонезный / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная) | 75 | 4,57 | 13,33 | 6,56 | 164,49 |
| ТТК | 471 | Морковка Пикантная<br>Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Чеснок / Лимонная кислота / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф | 100 | 1,66 | 9,19 | 10,47 | 131,23 |
| 33/96 | 441 | Салат из свежей капусты с яблоками<br>Капуста свежая п/ф очищ. / Яблоко свежее Молдова / Лимонная кислота / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Капуста свежая п/ф очищ. | 100 | 1,51 | 5,11 | 8,27 | 85,11 |
| | | **Вторые блюда** | | | | | |
| ТТК | 16713 | Котлета натуральная панированная<br>Свинина п/ф / Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная | 50 | 5,11 | 11,92 | 11,30 | 172,96 |
| ТТК | БП-00000520 | Фрикадельки мясо-куринные<br>Фарш (гов.-кур) / Хлеб из пшеничной муки в/с / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко "Домашкино"2,5% / Соль йодированная / Масло растительное | 55 | 7,45 | 9,40 | 13,75 | 169,41 |
| 290/07 ДеЛи принт | 13914 | Филе куриное тушеное в томатном соусе<br>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 |
| 664/96 | 5161 | Пельмени отварные<br>Пельмени "МБ" свино-курицей / Соль йодированная / Лавровый лист / Масло сливочное "Пестравка"72% | 125 /3 | 12,90 | 15,40 | 42,50 | 360,20 |
| 682/96 | 1836 | Оладьи со сгущенным молоком<br>Тесто для оладий: (Мука в/с / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная / Молоко "Домашкино"2,5%) / Масло растительное / Молоко | 150/20 | 13,88 | 16,22 | 77,69 | 512,26 |
| | | **Гарниры и соусы** | | | | | |
| 65 | 14478 | Картофельное пюре<br>Картофель п/ф / Молоко 3,2%: (/ Вода) / Масло сливочное "Пестравка"72% / Соль йодированная | 100 | 1,82 | 2,60 | 14,06 | 86,91 |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макароны отварные<br>Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| | | **Третьи блюда** | | | | | |
| 628/96 | 10781 | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода | 160 | 0,80 | 0,20 | 13,47 | 58,92 |
| | | **Мучные изделия** | | | | | |
| № 687/96 | 8985 | Пирожок с картофелем<br>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 |
| ТТК | 13445 | Булочка Косичка с сахаром<br>Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное | 80 | 7,24 | 3,41 | 54,23 | 276,57 |
| № 107/08 Муч. | 2371 | Булочка Ванильная<br>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 |
| | | **Хлеб** | | | | | |
| ПП | 12649 | Хлеб ржанно-пшеничный<br>Хлеб из пшеничной муки в/с | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 |
| | | **Итого:** | **100,00** | | | | |

Зав.производством

Ответственный за питание_____ /Газизова О.Н./
СанПиН 2.3/2.4.3590-20

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

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

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