

МЕНЮ

на 09.02.2023

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	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Таб.№24/96	6864	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	120	0,48	0,48	13,52	60,32
87/2013	8683	Салат "Школьный" с маслом раст. Салат Школьный с маслом раст.: (Свекла свеж / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное)	100	1,76	6,02	7,72	92,10
58/13	7352	Салат из моркови с чесноком и соусом Морковь свежая п/ф / Чеснок / Соус майонезный	100	1,55	10,14	6,60	123,86
ТТК	7186	Салат "Праздничный" Салат Праздничный из филе цыплат: (Филе куриное / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Яйцо свежее / Соус майонезный / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная)	75	4,57	13,33	6,56	164,49
Вторые блюда							
401/96	6485	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 №31	БП-00000517	Биточки рубленые из мяса Фарш (гов.-кур) / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	50	7,10	7,12	13,23	145,38
377/96	7534	Шашлык из филе цыплат Грудка куриная / Перец черный молотый / Соль йодированная / Шлажки (100шт) / Соус Юса для детей / Масло растительное / Томатная паста	50	34,64	20,22	2,57	330,82
664/96	5161	Пельмени отварные Пельмени "МБ" свино-курицей / Соль йодированная / Лавровый лист / Масло сливочное 72%	125 /3	12,90	15,40	42,50	360,20
№ 294/96	3700	Сырники из творога со стуженным молоком Молоко стуженное / Сырники классические п/ф / Масло растительное	90/10	21,47	13,74	23,49	303,50
Гарниры и соусы							
65	14478	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2%: (/ Вода) / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	100	1,82	2,60	14,06	86,91
205/07 Дели принт	16493	Макаронные отварные с овощами Макаронные 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
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	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
№628/13	13481	Булочка сдобная Булочка сдобная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Ванилин / Повидло / Вода / Масло растительное)	50	3,82	3,68	33,26	181,44
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
Хлеб							
ПП	12649	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной 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 № 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