

МЕНЮ

на 27.02.2023

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

Обед для обучающихся с 7 по 11 класс, получающих питание за счет
родительских средств (шведский стол)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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	0,50	0,50	13,52	60,58
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Соус майонезный / Кукуруза консервированная	1/10/10	13,25	16,50	2,87	212,97
58/13	13698	Салат из моркови с чесноком , сыром и соусом Морковь свежая п/ф / Чеснок / Сыр п/твердый / Соус Юса для детей	100	0,78	5,07	3,30	61,95
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-00000520	Фрикадельки мясо-куриные Фарш (гов.-кур) / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко 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 Филе куриное / 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	40/40	8,77	11,02	9,92	173,94
ТТК	16713	Котлета натуральная панированная Свинина п/ф / Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная	50	5,11	11,92	11,30	172,96
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
ТТК	14202	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики б/нач. п/ф "Домашний" / Молоко сгущенное	90/10	0,91	1,04	5,92	36,66
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
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
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
ТТК	13445	Булочка Косичка с сахаром 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 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 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 2.3/4.3596-20

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