

МЕНЮ
на 15.03.2023

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							
ТТК	17842	Салат из свежих фруктов (апельсин, ябл, банан) Апельсины свежие / Яблоко свежее / Бананы свежие / Молоко сгущенное	100	1,93	1,61	20,19	102,99
Таб. №24/96	6864	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	120	0,50	0,50	13,52	60,58
ТТК	6404	Салат из крабовых палочек с рисом Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Соус майонезный / Рис / Яйцо свежее / Соль йодированная	100	2,61	9,99	11,19	145,11
ТТК	14136	Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Соус Юса для детей	1/10/10	5,84	11,33	1,65	131,93
№71/2004	129	Винегрет овощной Картофель п/ф / Свекла свеж / Огурцы соленые / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф	100	1,63	10,04	8,38	130,40
Вторые блюда							
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
ТТК	БП-00000419	Котлета рубленая куриная Фарш куриный / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Молоко 2,5% / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	75	12,40	10,14	13,66	195,50
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
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
ТТК №3	БП-00005656	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло растительное / Соль йодированная	150	4,55	3,55	34,26	187,19
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	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 / Сахар песок) / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее	50	3,07	1,24	24,94	123,20
ТТК	БП-00000468	Булочка Гребешок со сгущенным молоком Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Мука в/с / Молоко сгущенное вареное / Сахарная пудра / Масло растительное / Яйцо свежее	40	6,15	4,35	27,20	172,55
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 2.3/2.4.3596-20УТВЕРЖДАЮ
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