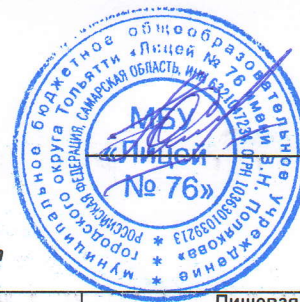


**МЕНЮ**  
на 03.05.2023

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
<b>Холодные блюда</b>							
Таб.№24/96	6864	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	120	0,50	0,50	13,52	60,58
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
43/97	7239	Салат "Степной" Горошек зеленый консервированный / Соус майонезный / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые	100	2,05	6,88	9,06	106,36
ТТК	БП-00005856	Салат Нежность с соусом Салат Нежность с соусом (мор. сыр. яйцо): (Морковь свежая п/ф / Яйцо свежее / Сыр п/твердый / Соус майонезный / Лук репчатый п/ф)	70	5,19	14,32	2,91	161,32
ТТК	10458	Салат из свеклы с сыром и чесноком Салат из свеклы с сыром и чесноком: (Свекла свеж / Сыр п/твердый / Чеснок / Масло растительное)	80	4,01	15,66	6,56	183,22
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	16279	Голубцы ленивые из мяса курицы с соусом томатным 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) / Голубцы ленивые с мясом курицы п/ф	60/30	10,00	10,00	3,00	142,00
№501/96	6881	Грудка куриная запеченная Грудка куриная / Масло растительное / Соль йодированная	55	13,59	14,22	0,05	182,54
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
№ 294/96	3700	Сырники из творога со гущенным молоком Молоко гущенное / Сырники классические п/ф / Масло растительное	90/10	21,47	13,74	23,49	303,50
<b>Гарниры и соусы</b>							
.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 №8	БП-00005662	Рис оригинальный Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная / Томатная паста	150	3,73	5,02	37,37	209,60
<b>Третьи блюда</b>							
628/96:685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
<b>Мучные изделия</b>							
697/96	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	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло сливочное 72%	50	2,20	2,10	26,60	134,10
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное / Вода / Масло растительное	50	3,95	2,10	26,60	141,10
<b>Хлеб</b>							
ТТК	18152	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	10	0,86	0,09	5,73	27,17
			<b>Итого:</b>	<b>100,00</b>			

Зав. производством

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ Газизова О.Н. \_\_\_/  
СанПиН 2.3/2.4.3596-20УТВЕРЖДАЮ  
Директор ОООС "Любава" / \_\_\_\_\_ \*Мухина О. А./

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

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

