

МЕНЮ

на 05.05.2023

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	Ккал
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	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
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
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Соус майонезный / Кукуруза консервированная	1/10/10	13,25	16,50	2,87	212,97
36/97	8453	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Салат из свежих огурцов с салатной заправкой: (Заправка для салатов: (Масло растительное / Вода / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота) / Огурец свежий)	60	0,35	3,02	1,55	34,78
Вторые блюда							
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
450/96	2026	Цыпленки жареные / Масло растительное / Соль йодированная	75	19,87	20,79	0,07	266,87
ТТК	1738	Медальоны куриные с сыром Филе куриное / Яйцо свежее / Сыр п/твердый / Соль йодированная / Сухари панировочные / Масло растительное / Соус Юса для детей	40	8,22	12,60	14,61	204,72
№ 294/96	3700	Сырники из творога со сгущенным молоком Молоко сгущенное / Сырники классические п/ф / Масло растительное	90/10	21,47	13,74	23,49	303,50
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							
469/96	15763	Спагетти отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84
ТТК	8538	Картофель отварной Соль йодированная / Картофель п/ф / Масло растительное	100	6,67	1,33	54,33	255,97
Третьи блюда							
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
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
№ 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							
ТТК	18152	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	10	0,86	0,09	5,73	27,17
			Итого:	100,00			

Зав.производством

Ответственный за питание _____ Газизова О.Н. ___/

СанПин 2.3/2.4.3596-20

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