

МЕНЮ

на 01.02.2024

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	4942	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	110	0,44	0,44	10,78	48,84
Таб. 24/96	7737	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	75	0,68	0,15	6,08	28,39
60/96	6885	Винегрет овощной Винегрет овощной : (Огурцы соленые / Картофель п/ф / Свекла свеж / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная)	80	1,30	8,03	6,70	104,27
ТТК	12930	Салат из фасоли с сухариками / Морковь по-корейски (п/ф) / Батон / Грудка куриная / Кукуруза консервированная / Соус майонезный	60	1,50	9,53	6,15	116,37
ТТК	7847	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая / Крабовые палочки / Соус Юса для детей / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	60	2,47	7,42	3,42	90,37
Вторые блюда							
ТТК	БП-00000453	Котлета Пожарская Яйцо свежее / Фарш куриный / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Сухари панировочные / Молоко 2,5% / Масло сливочное 72% / Масло растительное / Соль йодированная	75	13,72	8,07	10,37	168,99
№312/96	6919	Рыба горбуша жареная с луком СМ/Р Горбуша пбг / : (Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с) / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый	50/5	15,67	8,57	3,74	154,77
401/96	12834	Гуляш из свинины Свинина п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста / Перец черный молотый / Лавровый лист	40/40	12,56	12,72	2,48	174,64
№501/96	6881	Грудка куриная запеченная Грудка куриная / Масло растительное / Соль йодированная	55	13,59	14,22	0,05	182,54
664/96	2377	Пельмени отварные с маслом Пельмени отварные: (Пельмени "МБ" свино-курицей / Соль йодированная / Масло сливочное 72% / Лавровый лист) / Масло сливочное 72%	150/10	12,92	16,71	42,25	371,07
ТТК	БП-00006068	Драники с соусом Картофель п/ф / Соус Юса для детей / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Зелень / Сода пищевая	180/20	4,98	9,45	39,53	263,07
Гарниры и соусы							
68	14477	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2% / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	150	2,75	4,26	21,17	134,05
465/96;511/3/04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
Третьи блюда							
№ 628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	0,10	0,03	12,00	48,63
Мучные изделия							
1314/98	9594	Пирожок с повидлом Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Повидло / Мука в/с / Масло растительное	50	3,06	1,17	30,57	145,05
Кондитерские изделия							
пп	5840	Печенье Орешек с начинкой Печенье Орешек с начинкой	30	1,89	5,46	16,32	121,98
Мучные изделия							
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Мак / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	50	4,31	1,87	29,72	152,95
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	2,10	26,60	141,10
Хлеб							
пп	420	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	30	2,28	0,34	14,76	71,22

Итого: 130,00

Зав.производством Янина С. А.

Ответственный за питание _____ Газизова О.Н. /
СанПиН 2.3.4.3590-20УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Любава" / _____ Мухина О. А. /

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

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