

ООО "Любава"



Согласовано:
ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

Коняхина Юлия

МЕНЮ

на 01.04.2024

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 | 6958 | Салат из свежих фруктов (яблоко, апельс.) Апельсины свежие / Яблоко свежее / Сахар песок | 60 | 0,45 | 0,19 | 15,79 | 66,67 |
| 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 |
| №55/2004 | 13969 | Салат картофельный с сельдью Салат картофельный с сельдью: (Салат картофельный: (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное) / Сельдь соленая) | 50 | 4,28 | 7,92 | 5,47 | 110,28 |
| ТТК | 11658 | Салат из морской капусты с яйцом и зел. горошком Салат из морской капусты с яйцом и зел. горошком: (Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Морская капуста (консер) / Соус майонезный / Лук репчатый п/ф) | 50 | 2,36 | 8,14 | 2,56 | 92,94 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| 423/96 | 1186 | Тефтели из говядины с соусом Фарш (гов.-хур) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Рис / Мука в/с / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 60/30 | 8,67 | 13,27 | 8,35 | 187,51 |
| 599/3/83г. | БП-000003 96 | Поджарка по-домашнему Свинина п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый | 40/15 | 13,00 | 8,00 | 2,49 | 133,97 |
| ТТК | 14937 | Филе куриное запеченное Филе куриное / Масло растительное / Соль йодированная / Соус Юса для детей | 50 | 15,81 | 3,34 | 0,27 | 94,36 |
| ТТК | 11028 | Изделие мясное "Рулетик" Изделие мясное "Рулетик" | 50 | 8,00 | 18,00 | 0,70 | 196,80 |
| ТТК | 14264 | Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф / Молоко сгущенное / Масло растительное | 135/10 | 20,23 | 34,15 | 35,01 | 528,32 |
| 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 |
| ТТК №3 | БП-000056 56 | Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 4,55 | 3,55 | 34,26 | 187,19 |
| 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 | | | | | | | |
| № 687/96 | 8985 | Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное | 50 | 3,35 | 1,89 | 22,39 | 119,97 |
| ТТК | БП-000061 10 | Булочка Гребешок со сгущенным молоком Булочка Гребешок со сгущенным молоком (Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Молоко сгущенное вареное / Сахарная пудра / Мука в/с / Масло растительное) | 50 | 7,69 | 5,44 | 34,00 | 215,69 |
| ТТК | 175 | Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное | 50 | 2,20 | 2,10 | 26,60 | 134,10 |
| Хлеб | | | | | | | |
| ПП | 4 | 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 _____

Ответственный за питание
СанПиН 2.3.1.4.3590-20

УТВЕРЖАЮ
Директор ООО "Любава" _____ / Мухина О. А.

Россия, 445001, Самарская обл., Тольяттинский район, Цветной Б-р, д. 3, кв. 57

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