

МЕНЮ

на 02.10.2023

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

Обед для обучающихся с 7 по 11 класс, получающих питание за счет родительских средств (шведский стол)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Пищевая ценность				
			Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
Таб.24/96	5224	Десерт Фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	80	1,99	0,16	6,48	35,32
Таб.24/96	5776	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Соус майонезный	1/10/10	13,25	16,50	2,87	212,97
40/97	10449	Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом : (Помидор свежий / Огурец свежий / Соус Юса для детей / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная)	80	1,21	10,85	3,40	116,09
ТТК	10458	Салат из свеклы с сыром и чесноком Салат из свеклы с сыром и чесноком: (Свекла свеж / Сыр п/твердый / Масло растительное / Чеснок)	80	4,01	15,66	6,56	183,22
Вторые блюда							
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Фарш куриный / Молоко 2,5% / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	8,26	2,97	9,11	96,22
401/96	16524	Гуляш из филе куриного в томатном соусе Филе куриное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста	30/30	10,10	2,82	2,06	74,00
ТТК	БП-00005857	Свинина запеченная Свинина п/ф / Соус Юса для детей / Сыр п/твердый / Сухари панировочные / Яйцо свежее	50	2,46	3,41	3,41	54,19
800/97	4568	Вареники с картофелем и маслом Вареники с картофелем п/ф / Масло сливочное 72%	150/5	6,99	7,80	41,77	265,24
№ 294/96	3700	Сырники из творога со сгущенным молоком Сырники классические п/ф / Молоко сгущенное / Масло растительное	90/10	21,47	13,74	23,49	303,50
Гарниры и соусы							
ТТК	5918	Рис оригинальный Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист	100	2,87	4,10	27,90	159,98
ТТК	8538	Картофель отварной Картофель п/ф / Соль йодированная / Масло растительное	100	6,67	1,33	54,33	255,97
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	9571	Пирожок с яблоками Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш яблочный: (Яблоко свежее / Сахар песок) / Мука в/с / Масло растительное	50	3,07	1,24	24,94	123,20
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
ТТК	8988	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр п/твердый / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	30	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

Газизова О.Н.

Ответственный за питание

Газизова О.Н.

СанПин 2.3.1.4.3580-20

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