

МЕНЮ
на 08.11.2023

Коняхина Юлия

Савицкая Светлана

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
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
48/2013 Тольятти	БП- 00005823	Салат "Витаминный" Салат "Витаминный" (Капуста свежая / Свекла свеж / Морковь свежая п/ф / Соус Юса для детей / Вода / Соль йодированная / Лимонная кислота)	100	1,56	0,88	5,84	37,50
ТТК	БП- 00006013	Салат Оливье (мясо прес) Салат Оливье (мясо прес): (Яйцо свежее / Мясо прессованное / Картофель п/ф / Соус Юса для детей / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Зелень / Соль йодированная)	60	3,94	2,38	7,01	65,20
ТТК	10458	Салат из свеклы с сыром и чесноком Салат из свеклы с сыром и чесноком: (Свекла свеж / Сыр п/твёрдый / Масло растительное / Чеснок)	80	4,01	15,66	6,56	183,22
Вторые блюда							
ТТК	БП- 00006069	Биточки рубленые мясо-куринные) Биточки рубленые мясо-куриные: (Фарш (гов.-кур) / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Сухари панировочные / Соль йодированная / Масло растительное / Вода)	75	20,13	16,68	18,05	302,82
325/02	9985	Котлета Аппетитная Котлеты "Аппетитные" / Масло растительное	50	7,33	12,00	9,30	148,00
ТТК	6623	Медальоны из цыплят(филе грудки) Яйцо свежее / Филе куриное / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Масло растительное / Масло растительное	50	5,21	7,79	9,78	130,07
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе Филе куриное / 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) / Масло растительное / Соль йодированная	40/40	13,41	4,68	2,69	106,50
ТТК	11028	Изделие мясное "Рулетик" Изделие мясное "Рулетик"	50	8,00	18,00	0,70	196,80
ТТК	18255	Сырники классические с повидлом Сырники классические п/ф / Повидло / Масло растительное	90/30	13,12	22,20	39,30	409,44
Гарниры и соусы							
469/96	15763	Спагетти отварные Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
68	14477	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2% / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	150	2,75	4,26	21,17	134,05
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							
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука в/с / Молоко 2,5% / Сахар песок / Масло растительное / Повидло / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное 72% / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,18	4,19	30,19	175,19
ТТК	5149	Крендель с сахаром Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,94	5,96	30,87	192,88
№ 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
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: Якимов С. А.

Ответственный за питание: Газизова О.Н. /
СанПиН 2.3.4.3550-20УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Любава" / Мухина О. А. /

Россия, 445001, Самарская обл., Тольятти, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

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