

МЕНЮ

на 13.02.2024

Коняхина Юлия Станиславовна

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	Ккалл
Холодные блюда							
Таб.24/96	7737	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	75	0,68	0,15	6,08	28,39
Таб.№24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19
ТТК	7417	Салат "Лами" из морской капусты Морская капуста (консер) / Морковь свежая п/ф / Свекла свеж / Соус майонезный / Зелень	50	0,77	7,13	2,60	77,65
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/твердый / Масло растительное / Чеснок)	80	4,01	15,66	6,56	183,22
Вторые блюда							
290/07 ДеЛи принт	13914	Филе куриное тушеное 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	8,77	11,02	9,92	173,94
ТТК	6623	Медальоны из цыплят 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
ТТК	БП-00005657	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
ттк	11028	Изделие мясное "Рулетик" Изделие мясное "Рулетик"	50	8,00	18,00	0,70	196,80
ТТК	17768	Спагетти отварные с соусом Болоньезе Спагетти отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш (гов.-кур) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Чеснок / Соль йодированная / Перец черный молотый)	150/75	11,14	9,80	48,63	327,28
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
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							
№ 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	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
№628/13	13481	Булочка сдобная Булочка сдобная: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Повидло / Масло растительное / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин)	50	3,82	3,68	33,26	181,44
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: Коняхина Ю.А.

Ответственный за питание: Газизова О.Н. / СанПин 2.3.2.4.3590-20

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