

МЕНЮ

на 13.10.2023

МБУ
«Лицей
№ 76»

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

Раздача свободного выбора с 1-м блюдом за счет родительских средств

Раздача свободного выбора с 1-м блюдом за счет родительских средств			Выход				Пищевая ценность	
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
Холодные блюда								
Таб.24/96	5776	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40	
Таб.24/96	5224	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	80	1,99	0,16	6,48	35,32	
43/97;25/2004	626	Салат "Стелной" Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленные / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	100	1,77	10,08	8,69	132,56	
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	
87/2013	8683	Салат "Школьный"с маслом раст. Салат "Школьный"с маслом раст.: (Свекла свеж / Огурцы соленные / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Лук репчатый п/ф)	100	1,76	6,02	7,72	92,10	
Вторые блюда								
ТТК	1738	Медальоны куриные с сыром Яйцо свежее / Филе куриное / Сыр п/твердый / Сухари панировочные / Масло растительное / Соус Юса для детей / Соль йодированная	40	8,22	12,60	14,61	204,72	
ТТК	13326	Грудка куриная запеченная Грудка куриная / Масло растительное / Соль йодированная	45	20,83	14,81	0,70	219,41	
ТТК	16032	Котлета Сочная Котлеты "Сочные" / Масло растительное	50	9,30	7,10	2,50	111,10	
310/96	3711	Рыба горбуша жареная СМР Горбуша п/г / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная	40	12,31	6,23	1,68	112,03	
664/96	5161	Пельмени отварные Пельмени "МБ" свино-курицей / Соль йодированная / Масло сливочное 72% / Лавровый лист	125 /3	12,90	15,40	42,50	360,20	
270/1997	10126	Драники с соусом Картофель п/ф / Соус Юса для детей / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Зелень / Сода пищевая	120/15	3,81	9,59	26,95	209,35	
Гарниры и соусы								
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
ТТК №3	БП-00005656	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								
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	
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	
№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	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: Галина С. А.

Ответственный за питание: Газизова О.Н. /
СанПиН 2.3.4.3560-20

УТВЕРЖДАЮ

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

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

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