

## МЕНЮ

на 14.05.2024

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

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

| Сборник рецептур  | Код блюда   | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Пищевая ценность |       |          |       |        |
|-------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------|----------|-------|--------|
|                   |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал  |        |
| Холодные блюда    |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |       |          |       |        |
| Таб.24/96         | 5776        | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 100              | 0,40  | 0,40     | 9,80  | 44,40  |
| Таб.24/96         | 2464        | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 100              | 0,90  | 0,20     | 8,10  | 37,80  |
| ТТК               | БП-00006013 | Салат Оливье (мясо прес)<br>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               | БП-00006134 | Салат из пекинской капусты с зел.горошком и луком<br>Салат из пекинской капусты с зел.горошком и луком: (Яйцо свежее / Капуста пекинская / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная)                                                                                                                                                        | 60               | 7,50  | 8,02     | 10,24 | 143,18 |
| ТТК               | 10563       | Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой<br>Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Масло растительное / Вода / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота) / Лук репчатый п/ф)                                                                                                                                           | 60               | 0,58  | 3,07     | 2,72  | 40,83  |
| Вторые блюда      |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |       |          |       |        |
| ТТК               | БП-00000521 | Фрикадельки мясные с соусом<br>Фрикадельки мясо-куринные : (Фарш (гов.-кур) / Молоко 2,5% / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / 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) | 55/30            | 7,74  | 10,92    | 15,60 | 191,67 |
| 401/96            | 12834       | Гуляш из свинины<br>Свинина п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста / Перец черный молотый / Лавровый лист                                                                                                                                                                                                                                           | 40/40            | 12,56 | 12,72    | 2,48  | 174,64 |
| ТТК               | БП-00005657 | Свинина запеченная<br>Свинина п/ф / Яйцо свежее / Соус Юса для детей / Сыр п/твердый / Сухари панировочные                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 50               | 2,94  | 3,85     | 3,44  | 60,13  |
| 450/96            | 2026        | Цыпленка жареные<br>Цыпленка бройлер 1(кат)замор. / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 75               | 19,87 | 20,79    | 0,07  | 266,87 |
| ТТК               | 11028       | Изделие мясное "Рулетик"<br>Изделие мясное "Рулетик"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 50               | 8,00  | 18,00    | 0,70  | 196,80 |
| Гарниры и соусы   |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |       |          |       |        |
| 68                | 14477       | Картофельное пюре<br>Картофель п/ф / Молоко 3,2% / Масло сливочное 72% / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 150              | 2,75  | 4,26     | 21,17 | 134,05 |
| 469/96;516/3/04   | 1669        | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 150              | 5,65  | 4,29     | 36,02 | 205,29 |
| Третьи блюда      |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |       |          |       |        |
| № 628/96;685/2004 | 259         | Чай с сахаром<br>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<br>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               | 2316        | Рожок обсыпной<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное 72% / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                                              | 50               | 2,20  | 2,10     | 26,60 | 134,10 |
| № 107/08 Муч.     | 2371        | Булочка Ванильная<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин                                                                                                                                                                                                                                              | 50               | 4,15  | 3,90     | 29,51 | 169,74 |
| Хлеб              |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |       |          |       |        |
| ПП                | 420         | Хлеб пшеничный, ржаной<br>Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 30               | 2,28  | 0,34     | 14,76 | 71,22  |

Итого: 130,00

Зав.производством: Язичин С.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