

МЕНЮ

на 15.01.2024

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

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

Раздача свободному выбору с 1-м блюдом за счет родительских средств			Пищевая ценность				
Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
Холодные блюда							
Таб. №24/96	10417	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	85	0,68	0,17	6,38	29,77
Таб. №24/96	4942	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	110	0,44	0,44	10,78	48,84
ТТК	БП-00005881	Салат Надежда Салат Надежда : (Капуста свежая / Грудка куриная / Огурцы соленые / Соус Юса для детей / Зелень / Соль йодированная / Лимонная кислота)	60	1,30	0,71	2,03	19,64
43/97	7239	Салат "Степной " Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Соус майонезный	100	2,05	6,88	9,06	106,36
29/96	6459	Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла свеж / Сыр п/твердый / Масло растительное / Чеснок	100	5,01	19,57	8,20	228,97
Вторые блюда							
ТТК	БП-00000453	Котлета Пожарская Яйцо свежее / Фарш куриный / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Сухари панировочные / Молоко 2,5% / Масло сливочное 72% / Масло растительное / Соль йодированная	75	13,72	8,07	10,37	168,99
443/96	10456	Сердце куриное в соусе /: (Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Томатная паста / Масло сливочное 72% / Лук репчатый п/ф / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное / Лук репчатый / Соль йодированная / Петрушка свеж / Морковь свежая п/ф / Зелень / Чеснок / Перец черный молотый	50/50	10,08	10,81	3,91	153,25
450/96	2026	Цыплята жареные / Масло растительное / Соль йодированная	75	19,87	20,79	0,07	266,87
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	18172	Блинчики с пылу с жару с повидлом Блинчики б/нач. п/ф "Домашний" / Повидло	140/20	0,38	0,30	13,53	58,32
Гарниры и соусы							
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	3,10	0,62	25,27	119,04
ТТК №8	БП-00005662	Рис оригинальный Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста / Лавровый лист	150	3,73	5,02	37,37	209,60
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	БП-00006028	Пирожок со свежей капустой и луком Пирожок со свежей капустой и луком: (Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш из свежей капусты с луком: (Капуста свежая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная / Перец черный молотый) / Масло растительное / Мука в/с)	50	3,38	4,67	18,35	128,99
ТТК	БП-00006110	Булочка Гребешок со сгущенным молоком Булочка Гребешок со сгущенным молоком : (Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Молоко сгущенное вареное / Сахарная пудра / Мука в/с / Масло растительное)	50	7,69	5,44	34,00	215,69
№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	420	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	30	2,28	0,34	14,76	71,22

Зав.производства: Язвине С. А.

Ответственный за питание: Газизова О.Н. /
СанПин 2.3/2.4.3590-20УТВЕРЖДАЮ
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