

МЕНЮ
на 17.05.2024

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	Ккал
Холодные блюда							
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Таб.№24/96	5992	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	90	0,36	0,36	8,82	39,96
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
ТТК	7268	Салат из крабовых палочек с рисом Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус Юса для детей / Рис / Соль йодированная)	50	20,60	78,70	37,70	94,13
ТТК	10563	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой 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	17609	Котлета Веста рыбная из горбуши СМР Горбуша пбг / Филе куриное / Вода / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Сухари панировочные	50	12,52	5,91	6,31	128,50
401/96	12834	Гуляш из свинины 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	14937	Филе куриное запеченное Филе куриное / Масло растительное / Соль йодированная / Соус Юса для детей	50	15,81	3,34	0,27	94,36
ТТК	11028	Изделие мясное "Рулетик" Изделие мясное "Рулетик"	50	8,00	18,00	0,70	196,80
	3768	Вареники с картофелем и маслом Вареники с картофелем п/ф / Масло сливочное 72%	200/10	9,33	12,80	55,63	375,04
Гарниры и соусы							
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	3,10	0,62	25,27	119,04
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	8982	Пирожок с капустой и яйцом Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш из свежей капусты с яйцом: (Яйцо свежее / Капуста свежая / Масло растительное / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Перец черный молотый / Масло растительное) / Мука в/с / Масло растительное	50	3,67	2,77	20,91	123,25
ТТК	7604	Булочка Десертная (повидло) Булочка Десертная (повидло): (Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко 2,5% / Повидло / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная)	40	3,12	2,98	25,74	142,26
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная 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 Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	30	2,28	0,34	14,76	71,22
			Итого:	130,00			

Зав.производством Яркин 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