

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Таб.№24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19
Таб.24/96	5776	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
43/97;25/2004	626	Салат "Степной" Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	100	1,77	10,08	8,69	132,56
ТТК	16362	Салат крабовые палочки с огурцом Салат с крабовыми палочками и огурцом: (Яйцо свежее / Огурец свежий / Кукуруза консервированная / Соус майонезный / Крабовые палочки / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная)	60	3,02	9,50	4,04	113,73
ТТК	1751	Салат из свеклы с яблоками Свекла свеж / Яблоко свежее / Соус майонезный	100	1,57	13,55	8,39	161,79
Вторые блюда							
№416/96	13880	Биточки рубленые мясо-куринные) фарш (гов.-кур) / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Сухари панировочные / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	50	13,42	11,12	12,03	201,88
ТТК	13326	Грудка куриная запеченная Грудка куриная / Масло растительное / Соль йодированная	45	20,83	14,81	0,70	219,41
599/3/83г.	00000397	Поджарка по-домашнему Свинина п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Соль йодированная / Перец черный молотый	30/15	11,70	11,70	2,20	160,90
ТТК	11028	Изделие мясное "Рулетик" Изделие мясное "Рулетик"	50	8,00	18,00	0,70	196,80
ТТК	14222	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ. Блинчики б/нач. п/ф "Домашний" / Молоко сгущенное	135/15	1,36	1,56	8,88	54,99
Гарниры и соусы							
133/2014 Дели плюс	16891	Картофель тушеный Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	125	1,98	8,36	15,15	143,75
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	9571	Пирожок с яблоками 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	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
№778/04	2168	Булочка Осенняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	60	4,75	6,32	34,73	214,80
Хлеб							
пп	12649	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Зав.производством: Галина С. А.

Ответственный за питание: Газизова О.Н. / СанПиН 2.3.1.4.3590-20

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

Россия, 445000, Самарская область, Т.Г.Пятти, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

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