

## МЕНЮ

на 19.01.2024

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
Таб.№24/96	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	0,32	0,24	8,24	36,40
ТТК	БП-00005762	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	90	1,35	0,45	18,90	85,05
48/2013 Тольятти	БП-00005823	Салат "Витаминный" Салат "Витаминный" : (Капуста свежая / Свекла свеж / Морковь свежая п/ф / Соус Юса для детей / Вода / Соль йодированная / Лимонная кислота)	100	1,56	0,88	5,84	37,50
ТТК	14557	Салат из фунгозы Морковь по-корейски (п/ф) / : (Масло растительное / Вода / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота) / Лапша фунгоза / Зелень / Чеснок	50	0,25	2,75	2,29	34,88
ТТК	БП-00006113	Салат сельдь под шубой Салат сельдь под шубой: (Яйцо свежее / Сельдь соленая / Соус майонезный / Свекла свеж / Морковь свежая п/ф / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф)	60	5,06	10,48	4,24	131,51
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	16713	Котлета натуральная панированная Яйцо свежее / Свинина п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная	50	5,11	11,92	11,30	172,96
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	БП-00000429	Цыплята жареные / Масло растительное / Соль йодированная	70	13,50	8,35	0,10	129,55
ТТК	11028	Изделие мясное "Рулетик" Изделие мясное "Рулетик"	50	8,00	18,00	0,70	196,80
309/96 акт 29,11,18	17287	Рыба горбуша тушеная с овощами СМ/Р Горбуша ПБГ / Морковь свежая п/ф / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Сахар песок / Кислота уксусная / Лавровый лист	50/50	2,22	5,85	4,58	79,87
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
<b>Гарниры и соусы</b>							
68	14477	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2% / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	150	2,75	4,26	21,17	134,05
ТТК	3830	Рис Мозайка Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Кукуруза консервированная / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Соль йодированная	150	4,88	7,06	40,92	246,74
<b>Третьи блюда</b>							
№ 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
<b>Мучные изделия</b>							
№ 687/96	8985	Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / : (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	50	3,35	1,89	22,39	119,97
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	2,20	2,10	26,60	134,10
695/96	11577	Ватрушка с повидлом : (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Повидло / Масло растительное / Мука в/с	50	3,28	3,42	32,69	174,66

Итого: 130,00

Зав.производством: Явкина 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