

МЕНЮ

на 19.04.2024

Коняхина Юлия Станиславовна

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	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Таб. 24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
ТТК	8797	Салат из морской капусты с яйцом Яйцо свежее / Морская капуста (консер) / Соус майонезный / Лук репчатый п/ф / Зелень	50	1,89	8,39	1,77	90,15
14/2004	13729	Салат зелёный с огурцами Салат зелёный с огурцами : (Капуста пекинская / Огурец свежий / : (Масло растительное / Вода / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота))	50	0,16	1,26	0,69	14,74
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
Вторые блюда							
ТТК	БП-00006096	Котлета рубленая из мяса Котлета рубленая из мяса: (Фарш (гов.-кур) / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Соль йодированная / Сухари панировочные / Масло растительное / Перец черный молотый)	50	7,04	7,05	13,12	144,04
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
664/96	2377	Пельмени отварные с маслом Пельмени отварные: (Пельмени "МБ" свино-курицей / Соль йодированная / Масло сливочное 72% / Лавровый лист) / Масло сливочное 72%	150/10	12,92	16,71	42,25	371,07
Гарниры и соусы							
240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
469/96	15763	Спагетти отварные Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
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	БП-00000468	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	40	6,15	4,35	27,20	172,55
№ 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 Явлина С.А.

Ответственный за питание Газизова О.Н. /
СанПин 2.3.2.4.350-20УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Любава" / Мухина О. А. /

Россия, 445000, Самарская обл., г. Тольятти, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

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