

МЕНЮ

на 23.01.2024

Коняхина Юлия Станиславовна

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	6864	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	120	0,50	0,50	13,52	60,58
ТТК	2568	Салат из свежих фруктов (яблоко, банан) Бананы свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	60	0,74	0,32	21,53	91,96
ТТК	14557	Салат из фунчозы Морковь по-корейски (п/ф) / (Масло растительное / Вода / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота) / Лапша фунчоза / Зелень / Чеснок	50	0,25	2,75	2,29	34,88
57,59/97	8854	Салат картофельный с солёными огурцами Салат картофельный с солёными огурцами: (Картофель п/ф / Огурцы соленые / Соус майонезный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная)	80	1,46	8,22	7,85	111,22
ТТК	БП-00006066	Салат по-Жигулевски Салат по-Жигулевски: (Морковь Пикантная: (Морковка Пикантная: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лимонная кислота) / Яйцо свежее / Филе куриное / Огурцы соленые / Соус майонезный / Соль йодированная)	60	3,74	10,06	3,50	119,53
Вторые блюда							
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
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе Филе куриное / Соус томатный: (Вода / Томатная паста / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый) / Масло растительное / Соль йодированная	40/40	13,41	4,68	2,69	106,50
314/96	1676	Рыба горбуша жареная в тесте Яйцо свежее / СМ/Р Горбуша пбг / Мука в/с / Молоко 2,5% / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное / Масло растительное / Лимонная кислота	75	14,42	14,97	11,30	237,61
ТТК	БП-00006072	Оладьи из печени Печень куриная / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Масло растительное / Масло сливочное 72%	101	3,47	14,50	8,63	178,92
ТТК	14264	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф / Молоко сгущенное / Масло растительное	135/10	20,23	34,15	35,01	528,32
Гарниры и соусы							
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 №3	БП-00005656	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло растительное / Соль йодированная	150	4,55	3,55	34,26	187,19
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
№ 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
Кондитерские изделия							
ПП	5840	Печенье Орешек с начинкой Печенье Орешек с начинкой	30	1,89	5,46	16,32	121,98
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 Ярина С. А.Ответственный за питание Газизова О.Н. /
СанПИН 2.3/2.4.3590-20УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Любава" / Мухина О. А.

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

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