

Коняхина Юлия Станиславовна

МЕНЮ
на 23.11.2023г.

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 в граммах	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Таб.№24/96	10444	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	70	0,56	0,14	5,25	24,50
Таб.№24/96	4942	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	110	0,44	0,44	10,78	48,84
ТТК	БП-00006071	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)	70	5,91	12,22	4,95	153,43
ТТК	7136	Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком Яйцо свежее / Капуста свежая / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	100	4,13	10,30	5,86	132,66
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Соус майонезный	1/10/10	13,25	16,50	2,87	212,97
Вторые блюда							
ТТК	БП-00001449	Котлета Пожарская Яйцо свежее / Фарш куриный / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Молоко 2,5% / Сухари панировочные / Масло растительное / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	60	10,55	11,66	10,25	188,13
309/96, акт 29,11,18	17288	Рыба горбуша тушеная с овощами 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)	40/40	1,78	4,68	3,67	63,90
599/3/83г.	БП-00000396	Поджарка по-домашнему Свинина п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый	40/15	13,00	8,00	2,49	133,97
450/96	2026	Цыплята жареные / Масло растительное / Соль йодированная	75	19,87	20,79	0,07	266,87
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
682/96	5550	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко 2,5% / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	200/40	19,48	20,06	111,10	702,86
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	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
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	2,10	26,60	141,10
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
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.производства Явкина С. А.

Ответственный за питание Газизова О.Н. /
СанПин 2.3.2.4.3560-20УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Любава" / Мухина О. А. /

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

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