

МЕНЮ
на 24.10.2023

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	5625	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	70	0,63	0,14	5,67	26,46
Таб.24/96	5776	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	БП-00000529	Салат Оливье Салат Оливье : (Яйцо свежее) / Колбаса варенная / Картофель п/ф / Соус Юса для детей / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Зелень / Соль йодированная	60	2,95	1,58	6,81	53,23
ТТК	10513	Салат из свежих огурцов с яйцом Яйцо вареное (Яйцо свежее) / Огурец свежий / Сметана / Соль йодированная / Зелень	80	3,38	6,35	1,70	77,47
ТТК	БП-00005820	Салат Светофор Свекла свеж / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус Юса для детей / Лук репчатый п/ф / Зелень / Соль йодированная	100	6,99	1,35	19,67	118,82
Вторые блюда							
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Фарш куриный / Молоко 2,5% / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	8,26	2,97	9,11	96,22
401/96	6465	Гуляш из свинины Свинина п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69
377/96	7534	Шашлык из филе цыплят Грудка куриная / Шпажки (100шт) / Соус Юса для детей / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста / Перец черный молотый	50	34,64	20,22	2,57	330,82
664/96	5161	Пельмени отварные Пельмени "МБ" свино-курицей / Соль йодированная / Масло сливочное 72% / Лавровый лист	125 /3	12,90	15,40	42,50	360,20
ТТК	14222	Блинчики с пылу с жару с молоком гущ. Блинчики б/нч. п/ф "Домашний" / Молоко гущеное	135/15	1,36	1,56	8,88	54,99
Гарниры и соусы							
65	14478	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2% / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	100	1,82	2,60	14,06	86,91
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							
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	13490	Булочка Косичка с сахаром Булочка Косичка с сахаром: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	40	3,62	1,71	27,12	138,35
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука в/с / Молоко 2,5% / Сахар песок / Масло растительное / Повидло / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное 72% / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,18	4,19	30,19	175,19
Хлеб							
пп	12649	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	20	1,52	0,16	9,84	46,88
			Итого:	100,00			

Зав.производством _____

Ответственный за питание _____ Газизова О.Н. / СанПин 2.3.2.4.3560-20

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Любава" _____ Мужина О. А. /

Россия, 445000, Самарская обл., Т.Ю.Ятти, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

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