

МЕНЮ
на 30.11.2023

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	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	0,32	0,24	8,24	36,40
Таб. 24/96	7737	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	75	0,68	0,15	6,08	28,39
ТТК	17902	Яйцо, огурец свежий соус Юса Яйцо свежее / Соус Юса для детей / Огурец свежий	1/10/10	12,71	12,00	0,77	161,91
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
11/2011 Дели принт	15046	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой. (Капуста свежая / Кукуруза консервированная / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Лимонная кислота)	100	1,98	4,04	10,82	87,56
Вторые блюда							
ТТК	БП-00001449	Котлета Пожарская Яйцо свежее / Фарш куриный / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Молоко 2,5% / Сахари панировочные / Масло растительное / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	60	10,55	11,66	10,25	188,13
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
450/96	2026	Цыплята жареные / Масло растительное / Соль йодированная	75	19,87	20,79	0,07	266,87
ТТК	11028	Изделие мясное "Рулетик" Изделие мясное "Рулетик"	50	8,00	18,00	0,70	196,80
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							
68	14477	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2% / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	150	2,75	4,26	21,17	134,05
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	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
ТТК	5149	Крендель с сахаром Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,94	5,96	30,87	192,88
ТТК	8986	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр п/твердый / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	30	2,20	2,10	26,60	134,10
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 Рябинин С. А.Ответственный за питание Газизова О. Н. /
СанПин 2.3.6. 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