

МЕНЮ

на 13.12.2022

ШКОЛА № 71 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	12776	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	70	1,05	0,35	14,70	66,15
Таб. 24/96	8078	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Молдова	65	0,28	0,28	6,86	31,08
ТТК	13683	Салат "Столичный" Салат Столичный из филе цыплят: (Филе куриное зам. / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Яйцо свежее / Соус майонезный / Капуста свежая п/ф очищ. / Перец черный молотый / Соль йодированная)	40	2,44	7,11	3,50	87,75
ТТК	4690	Салат "Молодость" с соусом Салат Молодость с соусом: (Лук репчатый п/ф / Соус майонезный / Яйцо свежее / Капуста свежая / Огурцы консервированные)	50	1,83	5,62	1,93	65,62
32/2011 Дели принт	15019	Салат из свеклы с курагой и изюмом Салат из свеклы с курагой и изюмом с м/р Я: (Свекла п/ф / Курага / Изюм / Масло растительное)	60	0,97	3,63	8,33	69,83
Первые блюда							
ТТК №24	17178	Суп картофельный с горохом Суп картофельный с горохом: (Горох / Зелень / Картофель п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная)	200	4,19	2,88	14,48	100,56
Вторые блюда							
377/96	7534	Шашлык из филе цыплят Грудка куриная / Перец черный молотый / Соль йодированная / Шлажки / Соус Юса для детей / Масло растительное / Томатная паста	50	34,64	20,22	2,57	330,82
ТТК	16279	Голубцы ленивые из мяса курицы с соусом томатным Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый) / Голубцы ленивые с мясом курицы	60/30	10,00	10,00	3,00	142,00
ТТК	БП-00000520	Фрикадельки мясо-куриные Фарш (гов.-кур) / Хлеб из пшеничной муки в/с / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко "Домашкино"2,5% / Соль йодированная / Перец черный молотый / Масло растительное	55	7,45	9,40	13,75	169,42
800/97	4568	Вареники с картофелем и маслом Вареники с картофелем п/ф / Масло сливочное "Пестровка"72%	150/5	6,99	7,80	41,77	265,24
№ 294/96	3700	Сырники из творога со сгущенным молоком Молоко сгущенное / Сырники классические п/ф (Дана) / Масло растительное	90/10	21,47	13,74	23,49	303,50
Гарниры и соусы							
ТТК №3	БП-00005656	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло растительное / Соль йодированная	150	7,56	4,98	34,26	212,07
65	14478	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2%: (/ Вода) / Масло сливочное "Пестровка"72% / Соль йодированная	100	1,82	2,60	14,06	86,91
Третьи блюда							
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92
Мучные изделия							
ТТК	17431	Пирожок со свежей капустой и луком Яйцо свежее / Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Фарш из свежей капусты с луком: (Капуста свежая / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	50	1,26	3,80	4,12	55,75
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Молоко "Домашкино"2,5% / Повидло / Масло сливочное "Пестровка"72% / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок	50	4,18	4,19	30,19	175,19
ТТК №28	8460	Булочка Майская Ванилин / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Мука в/с / Повидло / Сахар песок / Соль йодированная / Масло сливочное "Пестровка"72%	50	9,23	2,63	34,79	199,75
Хлеб							
пп	12649	Хлеб ржанно-пшеничный Хлеб из пшеничной муки в/с	20	1,52	0,16	9,84	46,88
			Итого:	353,00			

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание
СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Любава" / Мухина О. А.

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

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