

МЕНЮ

на 22.12.2022

ШКОЛА № 71 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 | 12130 | Десерт фруктовый (груша) Груша свежая | 55 | 0,22 | 0,17 | 5,67 | 25,09 |
| Таб. 24/96 | 8078 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Молдова | 65 | 0,28 | 0,28 | 6,86 | 31,08 |
| ТТК | 6950 | Салат "Витаминный" Салат Витаминный с маслом растительным: (Капуста свежая / Лимонная кислота / Вода / Яблоко свежее Молдова / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Сахар песок) | 50 | 0,67 | 2,57 | 5,75 | 48,81 |
| Москва 2003г. изд-во | 16961 | Салат из моркови с яблоками Морковь свежая п/ф / Яблоко свежее Молдова / Масло растительное | 60 | 0,53 | 5,17 | 5,57 | 70,92 |
| №57, 59/97 | 12522 | Салат картофельный с солёными огурцами Салат картофельный с солёными огурцами (соус): (Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Соус майонезный / Картофель п/ф / Огурцы консервированные) | 60 | 1,10 | 6,16 | 5,89 | 83,40 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 139/96 | 15769 | Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Суповой набор / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная) / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200 | 3,03 | 3,57 | 16,94 | 112,03 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| ТТК | 14937 | Филе куриное запеченное Филе куриное зам. / Масло растительное / Перец черный молотый / Соль йодированная / Соус Юса для детей | 50 | 15,81 | 3,34 | 0,27 | 94,37 |
| ТТК | БП-00000419 | Котлета рубленая куриная Фарш куриный / Хлеб из пшеничной муки в/с / Молоко "Домашкино" 2,5% / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная | 75 | 11,88 | 9,57 | 12,90 | 185,28 |
| 401/96 | 6465 | Гуляш из свинины Свинина п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый | 30/30 | 6,87 | 17,81 | 2,98 | 199,69 |
| 237/2014 ДеЛи принт | 17754 | Запеканка творожная с молоком сгущенным Творог 3% жирность / Соль йодированная / Сахар песок / Яйцо свежее / Крупа манная / Сухари панировочные / Масло растительное / Молоко сгущенное | 75/10 | 15,19 | 11,01 | 19,60 | 238,28 |
| Гарниры и соусы | | | | | | | |
| 205/07 ДеЛи принт | 16493 | Макароны отварные с овощами Макароны отварные с овощами (лук, мор, том. паста): (Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное) | 150 | 5,15 | 6,58 | 32,24 | 208,73 |
| 65 | 14478 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2%: (/ Вода) / Масло сливочное "Пестравка" 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 | | | | | | | |
| № 687/96 | 8985 | Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Фарш картофельный с луком: (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее | 50 | 3,35 | 1,89 | 22,39 | 119,97 |
| 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 "Пестравка" 72% / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок | 50 | 4,18 | 4,19 | 30,19 | 175,19 |
| ТТК | 175 | Плюшка Московская Мука в/с / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное | 50 | 2,20 | 2,10 | 26,60 | 134,10 |
| Хлеб | | | | | | | |
| ПП | 12649 | Хлеб ржанно-пшеничный Хлеб из пшеничной муки в/с | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 |
| | | | Итого: | 100,00 | | | |

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание
СанПин 2.3/2.4.3590-20УТВЕРЖДАЮ
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