

МЕНЮ

на 27.12.2022

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	8889	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	60	0,48	0,12	4,50	21,00
Таб. №24/96	10938	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Молдова	60	0,24	0,24	5,88	26,64
57,59/97	8763	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
ТТК	206	Морковь Пикантная Морковь Пикантная: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Чеснок / Лимонная кислота / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф)	50	0,76	4,52	4,99	63,68
48/2013 Тольятти	16940	Салат "Витаминный" Капуста свежая / Лимонная кислота / Вода / Свекла п/ф / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Соус Юса для детей	50	0,78	0,44	2,92	18,75
Первые блюда							
ТТК №22	16579	Щи из свежей капусты с картофелем Щи из свежей капусты с картофелем: (Зелень / Капуста свежая / Картофель п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Томатная паста / Вода)	200	3,55	2,60	17,24	106,56
Вторые блюда							
377/96	7534	Шашлык из филе цыплят Грудка куриная / Перец черный молотый / Соль йодированная / Шпажки / Соус Юса для детей / Масло растительное / Томатная паста	50	34,64	20,22	2,57	330,82
ТТК	1441	Котлета по-жигулевски Лук репчатый п/ф / Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Батон нарезной "Новый" / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Фарш (гов.-кур)	50	8,55	8,04	5,47	128,44
ТТК	7221	Котлета Пожарская Фарш куриный / Масло растительное / Яйцо свежее / Масло сливочное "Пестравка" 72% / Молоко "Домашнее" 2,5% / Соль йодированная / Сухари панировочные / Хлеб из пшеничной муки в/с	50	7,20	10,50	2,50	133,30
489/04	8655	Рагу из цыплят Филе куриное зам. / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Масло растительное / Картофель п/ф / Томатная паста	30/125	19,39	16,29	18,31	297,41
ТТК	14272	Блинчики с пылу с жару с повидлом Повидло / Блинчики б/нач. п/ф "Домашний"	140/10	0,34	1,25	7,12	41,13
Гарниры и соусы							
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
469/96	15763	Спагетти отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84
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							
№627/13	13477	Булочка с повидлом Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Ванилин / Повидло / Вода / Масло	50	4,27	2,87	33,25	175,91
№ 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
№690/1994	1960	Пончики Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное "Пестравка" 72% / Яйцо свежее / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Масло растительное / Сахарная пудра	45/3	3,10	6,77	24,61	171,77
Хлеб							
пп	13285	Батон в ассортименте Батон нарезной "Новый"	15	3,75	1,45	7,00	56,05
			Итого:	100,00			

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