

МЕНЮ

на 19.01.2023

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	10938	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Молдова	60	0,24	0,24	5,88	26,64
Таб. №24/96	16778	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	60	0,93	0,31	13,02	58,59
58/13	10909	Салат из моркови с чесноком и соусом Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Чеснок / Соус майонезный)	60	0,93	6,08	3,96	74,28
62/97	8744	Салат из свежей капусты Салат из свежей капусты: (Капуста свежая / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная / Вода)	60	0,93	3,02	5,64	53,46
29/96	2110	Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла свеж / Сыр Голландский п/твердый / Чеснок / Соус майонезный	50	2,71	7,39	4,38	94,87
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							
	БП-00000478	Филе куриное запеченное (грудка) Грудка куриная / Масло растительное / Соль йодированная / Соус Юса для детей	40	1,81	2,71	0,06	31,88
ТТК №31	БП-00000517	Биточки рубленые из мяса Фарш (гов.-кур) / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Хлеб из пшеничной муки в/с	50	7,10	7,12	13,23	145,38
599/3/83г.	00000397	Поджарка по-домашнему Свинина п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Соль йодированная / Перец черный молотый	30/15	11,70	11,70	2,20	160,90
800/97	4568	Вареники с картофелем и маслом Вареники с картофелем п/ф / Масло сливочное "Пестравка"72%	150/5	6,99	7,80	41,77	265,24
682/96	1836	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Мука в/с / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная / Молоко "Домашкино"2,5%) / Масло растительное / Молоко сгущенное	150/20	13,88	16,22	77,69	512,26
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							
№ 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	12752	Шарлотка Школьная Шарлотка Школьная: (Мука в/с / Сахар песок / Яблоко свежее Молдова / Сахар песок / Яйцо свежее)	40	3,40	2,06	22,15	120,74
№628/13	13481	Булочка сдобная Булочка сдобная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Ванилин / Повидло / Вода / Масло растительное)	50	3,82	3,68	33,26	181,44
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 _____ Л. В.

Ответственный за питание _____
СанПиН 2.3/2.1.3590-20.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