

МЕНЮ
на 28.02.2023

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	Ккалл
Холодные блюда							
Таб. №24/96	8209	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	60	0,54 *	0,12	4,86	22,68
Таб. №24/96	10938	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	60	0,24 *	0,24	5,88	26,64
ТТК	7268	Салат из крабовых палочек с рисом Салат из крабовых палочек с рисом: (Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Соус Юса для детей / Рис / Яйцо свежее / Соль йодированная)	50	2,06	7,87	3,77	94,15
ТТК	8652	Салат "Праздничный" Салат Праздничный из филе цыплят: (Филе куриное / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Яйцо свежее / Соус майонезный / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная)	50	3,05	8,89	4,38	109,73
Таб №24/96	180	Икра кабачковая (консерв) Икра кабачковая (консерв)	50	1,90	8,90	7,70	118,50
Первые блюда							
ТТК №21	БП-00005670	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	250	4,44	3,25	21,55	133,20
Вторые блюда							
ТТК	БП-00001449	Котлета Пожарская Фарш куриный / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Яйцо свежее / Масло сливочное 72% / Сухари панировочные / Молоко 2.5% / Соль йодированная / Масло растительное	60	10,55	11,66	10,25	188,13
377/96	7534	Шашлык из филе цыплят Грудка куриная / Перец черный молотый / Соль йодированная / Шпажки (100шт) / Соус Юса для детей / Масло растительное / Томатная паста	50	34,64	20,22	2,57	330,82
ТТК	БП-00005657	Свинина запеченная Свинина п/ф / Соус Юса для детей / Сыр п/твердый / Яйцо свежее / Сухари панировочные	50	2,46	3,41	3,40	54,13
800/97	4568	Вареники с картофелем и маслом Вареники с картофелем п/ф / Масло сливочное 72%	150/5	6,99	7,80	41,77	265,24
ТТК	8708	Запеканка творожная с крошкой Мука в/с / Сахар песок / Творог 3% жирность / Яйцо свежее / Масло сливочное 72% / Крупа манная	75	10,41	11,62	22,81	237,46
Гарниры и соусы							
465/96,511/3/0 4	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	150	16,83	4,79	35,18	251,15
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
695/96	11577	Ватрушка с повидлом Тесто дрожжевое для ватрушек, расстегаев: (Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода) / Мука в/с / Повидло / Яйцо свежее / Масло растительное	50	3,28	3,42	32,69	174,66
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное / Вода / Масло растительное	50	3,95	2,10	26,60	141,10
Хлеб							
ПП	12649	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	20	1,52	0,16	9,84	46,88
			Итого:	100,00			

Зав. производством _____ Подпись О. А.

Ответственный за питание _____
СанПин 2.3/2.4.3590-20УТВЕРЖДАЮ
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