

МЕНЮ

на 06.03.2023

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	8209	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	60	0,54	0,12	4,86	22,68
Таб.24/96	8078	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	65	0,28	0,28	6,86	31,08
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 соленые)	60	1,10	6,16	5,89	83,40
ТТК	БП-00005841	Салат по-Жигулевски Салат по-Жигулевски. (Филе куриное / Яйцо свежее / Огурцы соленые / Соус майонезный / Соль йодированная / Морковь Пикантная (Морковка Пикантная (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Чеснок / Лимонная кислота / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф))	50	3,12	8,39	2,92	99,61
ТТК	16879	Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Соус майонезный / Горошек зеленый консервированный	0,5/5/5	8,74	8,37	5,83	133,61
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							
ТТК	БП-00000521	Фрикадельки мясные с соусом Фрикадельки мясо-куриные (фарш) (Фарш (гов.-хур) / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко 2,5% / Соль йодированная / Масло растительное / 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)	55/30	7,74	10,92	15,60	191,67
401/96	16524	Гуляш из филе куриного в томатном соусе Филе куриное / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная	30/30	10,10	2,82	2,06	74,00
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
№ 294/96	3700	Сырники из творога со сгущенным молоком Молоко сгущенное / Сырники классические п/ф / Масло растительное	90/10	21,47	13,74	23,49	303,50
Гарниры и соусы							
ТТК	9549	Рис Мозайка Рис Мозайка. (Рис / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Кукуруза консервированная / Горошек зеленый консервированный / Соль	100	3,25	4,71	27,28	164,51
ТТК	8538	Картофель отварной Соль йодированная / Картофель п/ф / Масло растительное	100	6,67	1,33	54,33	255,97
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	БП-00005864	Булочка с маком Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Начинка термост маковая / Сахар песок / Масло растительное	50	4,00	5,10	25,00	161,90
687/96	9571	Пирожок с яблоками Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Фарш яблочный (Яблоко свежее / Сахар песок) / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее	50	3,07	1,24	24,94	123,20
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Ванилин / Яйцо свежее / Яйцо свежее	50	4,15	3,90	29,51	169,74
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 _____ Пелыга О. А.

Ответственный за питание
СанПин 2 3/2 4 3590-20

УТВЕРЖДАЮ

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