

МЕНЮ

на 14.03.2023

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	10938	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	60	0,24	0,24	5,88	26,64
ТТК	11549	Салат из свеклы с огурцами солеными Свекла свеж / Соус майонезный / Огурцы соленые / Лук репчатый п/ф / Сахар песок	60	0,99	6,05	7,17	87,09
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	190	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 №31	БП-00000517	Биточки рубленные из мяса Фарш (гов - кур) / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	50	7,10	7,12	13,23	145,38
№501/96	6881	Грудка куриная запеченная Грудка куриная / Масло растительное / Соль йодированная	55	13,59	14,22	0,05	182,54
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% / Група манная	75	10,41	11,62	22,81	237,46
Гарниры и соусы							
465/96,511/3/04	3104	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
65	14478	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3.2% (/ Вода) / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	100	1,82	2,60	14,06	86,91
Третьи блюда							
628/96	10751	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	17131	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	11517	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	12449	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: Мухина О. А.

Ответственный за питание:
СанПин 2.3/2.4 3590УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Любава" Мухина О. А.

Россия, 445000, Саратовская обл., г. Тольятти, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

E-mail: ooo-lubava@yandex.ru