

МЕНЮ

на 17.03.2023

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	8078	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	65	0,28	0,28	6,86	31,08
Таб.№24/96	4959	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	65	1,22	0,02	18,25	78,06
Таб.№24/96	8209	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	60	0,54	0,12	4,86	22,68
ТТК	БП-00005842	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо под соусом с кукурузой (Яйцо свежее / Соус майонезный / Кукуруза консервированная)	0,5\5\5	6,62	8,25	1,44	106,49
29/96	2110	Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла свеж / Сыр п\твёрдый / Чеснок / Соус майонезный	50	2,71	7,39	4,38	94,87
Первые блюда							
ТТК № 11	БП-00005666	Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая / Картофель п\ф / Лавровый лист / Лимонная кислота / Лук репчатый п\ф / Масло растительное / Морковь свежая п\ф / Сахар песок / Свекла свеж / Соль йодированная / Томатная паста	200	1,30	4,11	8,92	77,92
Вторые блюда							
ТТК	1441	Котлета по-жигулевски Лук репчатый п\ф / Яйцо свежее / Мука в\с / Яйцо свежее / Батон / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Фарш (гов.-хур)	50	8,55	8,04	5,47	128,44
ТТК	БП-00000431	Наггетсы куриные Наггетсы куриные / Масло растительное	56	36,60	7,97	10,14	258,75
ТТК	1738	Медальоны куриные с сыром Филе куриное / Яйцо свежее / Сыр п\твёрдый / Соль йодированная / Сухари панировочные / Масло растительное / Соус Юса для детей	40	8,22	12,60	14,61	204,72
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
664/96	5161	Пельмени отварные Пельмени "МБ" свино-курицей / Соль йодированная / Лавровый лист / Масло сливочное 72%	125 /3	12,90	15,40	42,50	360,20
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							
482/96	11231	Капуста свежая тушеная Капуста свежая п\ф очищ. / Морковь свежая п\ф / Лук репчатый п\ф / Томатная паста / Мука в\с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	125	2,92	3,14	11,59	86,30
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
200/96	8972	Картофель отварной Картофель п\ф	100	2,08	0,42	16,92	79,78
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	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
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в\с / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мука в\с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное	50	2,20	2,10	26,60	134,10
№ 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: Подкова 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