

МЕНЮ

на 02.10.2023

ШКОЛА ИМЕНИ С.П. КОРОЛЁВА 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 | Ккалп |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| Таб. №24/96 | 200 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 50 | 0,45 | 0,10 | 4,05 | 18,90 |
| Таб.24/96 | 8078 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее | 65 | 0,28 | 0,28 | 6,86 | 31,08 |
| Москва 2003г. изд. во | 5688 | Салат из моркови с яблоками Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Масло растительное | 60 | 0,53 | 5,12 | 5,60 | 70,60 |
| 29/96 | 2110 | Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла свеж / Сыр п/твердый / Соус майонезный / Чеснок | 50 | 2,71 | 7,39 | 4,38 | 94,87 |
| ТТК | 5068 | Салат "Ароматный" Капуста свежая / Огурец свежий / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Зелень | 50 | 0,64 | 5,00 | 1,72 | 54,44 |
| ТТК | 16879 | Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Соус майонезный | 0,5/5/5 | 8,74 | 8,37 | 5,83 | 133,61 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 139/96 | 239 | Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200 | 2,36 | 2,02 | 16,82 | 94,90 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| 416/96 | 9545 | Котлета рубленая из цыплят Фарш куриный / Молоко 2,5% / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 8,26 | 2,97 | 9,11 | 96,22 |
| 401/96 | 16524 | Гуляш из филе куриного в томатном соусе Филе куриное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста | 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 / Сухари панировочные / Яйцо свежее | 50 | 2,46 | 3,41 | 3,41 | 54,19 |
| 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 Сырники классические п/ф / Молоко сгущенное / Масло растительное | 90/10 | 21,47 | 13,74 | 23,49 | 303,50 |
| Гарниры и соусы | | | | | | | |
| ТТК | 5918 | Рис оригинальный Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист | 100 | 2,87 | 4,10 | 27,90 | 159,98 |
| ТТК | 8538 | Картофель отварной Картофель п/ф / Соль йодированная / Масло растительное | 100 | 6,67 | 1,33 | 54,33 | 255,97 |
| Третий блюда | | | | | | | |
| 628/96 | 10781 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (равесной)) / Сахар песок | 160 | 0,80 | 0,20 | 13,47 | 58,92 |
| Мучные изделия | | | | | | | |
| 687/96 | 9571 | Пирожок с яблоками Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш яблочный: (Яблоко свежее / Сахар песок) / Мука в/с / Масло растительное | 50 | 3,07 | 1,24 | 24,94 | 123,20 |
| ТТК | 175 | Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное | 50 | 2,20 | 2,10 | 26,60 | 134,10 |
| № 107/08 Муч. | 2371 | Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин | 50 | 4,15 | 3,90 | 29,51 | 169,74 |
| Хлеб | | | | | | | |
| ПП | 420 | Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |

Итого: 100,00

Зав. производством: Королева Н. В.

Ответственный за питание:
СанПиН 2.3.2.4.3560-20

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