

МЕНЮ

на 09.10.2023

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	Ккалл
Холодные блюда							
Таб.24/96	8078	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	65	0,28	0,28	6,86	31,08
Таб. №24/96	200	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	50	0,45	0,10	4,05	18,90
ТТК	17152	Салат "Степной" Салат "Степной": (Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Соус майонезный)	60	1,23	4,13	5,44	63,82
ТТК	7083	Морковка Пикантная Морковка Пикантная: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лимонная кислота)	60	0,97	5,41	6,32	77,85
ТТК	10353	Салат из свежей капусты с яблоками Капуста свежая / Яблоко свежее / Масло растительное / Сахар песок	60	0,98	4,09	6,31	65,97
Первые блюда							
ТТК №24	17178	Суп картофельный с горохом Суп картофельный с горохом :(Картофель п/ф / Горох / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист)	200	4,19	2,88	14,48	100,56
Вторые блюда							
ТТК	16279	Голубцы ленивые из мяса курицы с соусом томатным Голубцы ленивые с мясом курицы п/ф / Соус томатный: (Вода / Томатная паста / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый)	60/30	10,00	10,00	3,00	142,00
450/96	581	Цыплята жареные / Масло растительное / Соль йодированная	50	13,33	14,80	0,07	186,80
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
664/96	5161	Пельмени отварные Пельмени "МБ" свино-курицей / Соль йодированная / Масло сливочное 72% / Лавровый лист	125 /3	12,90	15,40	42,50	360,20
ТТК	14202	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики бланч. п/ф "Домашний" / Молоко сгущенное	90/10	0,91	1,04	5,92	36,66
Гарниры и соусы							
469/96	15763	Спагетти отварные Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
65	14478	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2% / Масло сливочное 72% / Соль йодированная	100	1,82	2,60	14,06	86,91
Третьи блюда							
628/96,685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	0,10	0,03	12,00	48,63
Мучные изделия							
№ 687/96	8985	Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / : (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	50	3,35	1,89	22,39	119,97
№ 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
ТТК	13490	Булочка Косичка с сахаром Булочка Косичка с сахаром: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	40	3,62	1,71	27,12	138,35
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: Королева Н. В.

Ответственный за питание:
СанПин 2.3.3.4.3560-20УТВЕРЖДАЮ
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