

## МЕНЮ

на 10.10.2024

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 | Ккал   |
| Холодные блюда    |             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                  |        |          |        |
| Таб.№24/96        | 8074        | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее                                                                                                                                                                                                                            | 70    | 0,30             | 0,30   | 9,35     | 41,30  |
| Таб.№24/96        | 5625        | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие                                                                                                                                                                                                                       | 70    | 0,63             | 0,14   | 5,67     | 26,46  |
| ТТК               | 13519       | Салат Приз из морской капусты<br>Морская капуста (консер) / Кукуруза консервированная / Соус майонезный / Морковь свежая п/ф / Лук зеленый / Соль йодированная                                                                                                        | 50    | 0,65             | 0,44   | 2,85     | 17,96  |
| 25/2014 ДеЛи плюс | 11403       | Салат из картофеля с зеленым горошком<br>Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Огурец свежий / Морковь свежая п/ф / Лук зеленый / Масло растительное                                                                                                     | 60    | 1,24             | 3,12   | 6,19     | 57,80  |
| 49/2013           | 8088        | Салат "Ароматный"<br>Салат "Ароматный": (Капуста свежая / Огурец свежий / Масло растительное / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Зелень / Лимонная кислота)                                                                                                      | 60    | 0,77             | 6,00   | 2,06     | 65,32  |
| Первые блюда      |             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                  |        |          |        |
| ТТК №15           | БП-00005668 | Рассольник Ленинградский<br>Вода / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист                                                                          | 200   | 1,32             | 2,72   | 9,96     | 69,62  |
| Вторые блюда      |             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                  |        |          |        |
| ТТК               | 15988       | Котлета "Пикник"<br>Котлеты "Пикник" / Масло растительное                                                                                                                                                                                                             | 50    | 5,50             | 14,00  | 1,80     | 155,20 |
| ТТК               | 16713       | Котлета натуральная панированная<br>Яйцо свежее / Свинина п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная                                                                                                                               | 50    | 5,11             | 11,92  | 11,30    | 172,96 |
| 401/96            | 13696       | Гуляш из филе куриного в молочном соусе<br>Филе куриное / Соус молочный: (Молоко 2,5% / Вода / Масло сливочное 72% / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная) / Соль йодированная / Масло растительное                                                             | 30/30 | 6,92             | 8,57   | 7,77     | 135,89 |
| ТТК               | БП-00006171 | Изделие мясное "Рулетик"<br>Изделие мясное "Рулетик"                                                                                                                                                                                                                  | 50    | 6,12             | 14,64  | 2,45     | 166,01 |
| 664/96            | 242         | Пельмени отварные<br>Пельмени "МБ" свино-курицей / Масло сливочное 72% / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                                                            | 125/5 | 16,30            | 102,68 | 44,80    | 280,00 |
| Гарниры и соусы   |             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                  |        |          |        |
| 65                | 14478       | Картофельное пюре<br>Картофель п/ф / Молоко 3,2% / Масло сливочное 72% / Соль йодированная                                                                                                                                                                            | 100   | 1,82             | 2,60   | 14,06    | 86,91  |
| 469/96;516/3/04   | 1669        | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                 | 150   | 5,65             | 4,29   | 36,02    | 205,29 |
| Третьи блюда      |             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                  |        |          |        |
| 628/96            | 10781       | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                                                                                           | 160   | 0,80             | 0,20   | 13,47    | 58,92  |
| Мучные изделия    |             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                  |        |          |        |
| № 687/96          | 8985        | Пирожок с картофелем<br>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 |
| ТТК               | 3147        | Булочка Золотистая<br>Мука в/с / Молоко 2,5% / Сахар песок / Масло растительное / Повидло / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное 72% / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное                                                    | 50    | 4,18             | 4,19   | 30,19    | 175,19 |
| ТТК               | 5149        | Крендель с сахаром<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная                                                                                                                    | 50    | 3,94             | 5,96   | 30,87    | 192,88 |
| Хлеб              |             |                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                  |        |          |        |
| пп                | 198         | Хлеб пшеничный, ржаной<br>Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с                                                                                                                                                                                                       | 35    | 2,66             | 0,28   | 17,22    | 82,04  |

Итого: 130,00

Зав.производством: Королева Н. В.

Ответственное за питание  
СанПиН 2.3.1.4.3590-20

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