

Меню

МБОУ «Гимназия №3 с татарским языком обучения» Кировского района г. Казани

07.09.2022

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2015 Яйцо под соусом "Переменка"	48/10		6,4	11,3	0,8	130
ТТК2019 Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит.)	40/40/5		0,9	5,15	2,85	62
10/2001 Салат из моркови с яблоками	100		0,99	10,14	8,80	132
ТТК2013 Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами	100		1,29	10,1	3,61	111
	сред.		2,01	7,43	5,56	98
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с вермишелью, с куриными грудками	250/10		4,61	4,5	21,1	144
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
ТТК 2021 Гуляш из филе грудок индейки	45/45		9	11,3	1,9	146
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая	75		17,3	9,9	3,3	171
ТТК 2022 Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		13,68	13,88	4,35	196
ТТК 2022 Плов с говядиной	40/150		11,6	14,6	40,1	341
ТТК2019 Рыбный киш	150		21,5	26,7	30,5	450
	сред.		16,55	20,65	35,30	396
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150		3,5	8,2	28,4	202
302/2015 Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,3	291
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	80		3,12	2,88	7,04	64
	сред.		4,86	5,86	28,58	186
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,95	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Итого с
самост.бл 73,00
юдом-
Итого- 73,00

