

МБОУ «Гимназия №3 с татарским языком обучения»
Кировского района г. Казани
05.04.2023

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,1	1,14	7
1 Салат "Успех" (огурцы свежие, яйцо, сыр, м/раст.)	80		3,6	8,4	1,20	95
1 Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
Икра кабачковая	50		1	4,5	3,9	60
	сред.		2,12	4,57	3,51	64
1-ые БЛЮДА						
1 Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
1 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
2 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
1 Рыба запеченая (филе)	70		16,2	4,7	3,1	119
2 Нагетсы куриные	4шт/64		13	15,8	2,256	200
	сред.		14,95	12,37	4,36	188
1 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
1 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
	сред.		19,10	21,95	43,43	362
ГАРНИРЫ						
6 Картофель запечённый (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
0 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		12,70	20,00	90,9	591,00
НАПИТКИ						
1 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
4 Кисель из концентрата	200				13,1	53
	сред.		0,00	0,00	10,55	43
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого с
самост.бл 79,00
юдом-
Итого- 79,00

Каша полбяная вязкая	150		3,64	4,61	19,4	134
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:			8,80	4,66	4,82	36,38
						210

Директор
Калькулятор
Зав. Производством

