

**МБОУ «Гимназия №3 с татарским языком обучения»
Кировского района г. Казани
10.04.2023**

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	
Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178	
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,1	1,14	7	
Салат "Итальянские каникулы" (фасоль, помидоры св.огурцы сол.)	70	1,8	5,9	4,9	80	
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	60	4,4	9,0	6,6	126	
	сред.	1,88	5,41	7,59	88	
1-ЫЕ БЛЮДА						
Суп гороховый с гренками, с фрикадельками из птицы	250/10/11	10,5	7,0	24,31	202	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты Школьные	90	11,7	10,5	7,8	169	
Рыба (филе) по-Московски	80/20	20,2	13,7	1,8	212	
Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	70/5	19	18,1	0,3	241	
Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391	
	сред.	18,40	18,83	2,93	253	
Лазанья с мясом	200	21,7	28,0	36,8	493	
Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	27,956	496	
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15	11	8	64,1	373	
	сред.	17,70	23,11	42,95	454	
ГАРНИРЫ						
Спагетти отварные (м/слив.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80	
	сред.	4,97	4,86	26,10	167	
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34	
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,2	46	
	сред.	0,10	0,01	9,67	40	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/30	3,32	0,6	25,308	122	
	Итого с самост.бл юдом- Итого-	79,00				
		79,00				

Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,80	6,41	5,23	50,8	280

**Директор
Калькулятор
Зав. производством**

