

Меню

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

21.11.2022

Наименование блюд	выход	стоимост	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 2019 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
47/2015 Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
ттк 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
ттк 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75		5,2	10,5	7,8	147
	сред.		2,15	7,57	11,78	125
1-ЫЕ БЛЮДА						
102/2015 Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/11		7,76	7,2	19,4	174
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ттк 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ттк 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
ттк 2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	сред.		12,49	11,61	4,94	174
ттк 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
ттк 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	28	496
ттк 2019 Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	сред.		18,89	26,17	35,23	454
ГАРНИРЫ						
ттк 2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ттк 2014 Макароны изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
ттк 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		4,96	4,84	26,11	167
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	40,5
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
	Итого с	самост.бл	73,00			
	Итого-	юдом-	73,00			

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

