

Меню

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

14.09.2022

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
ТТК2013 Салат из белокачанной капусты со свежими огурцами	100		1,29	10,1	3,61	111
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
	сред.		0,92	6,47	6,76	90
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
ТТК 2022 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	80		18,5	10,6	3,5	182
ТТК 2022 Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		16,42	15,41	4,71	222
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом	200		14,4	18,3	27,7	331
ТТК2021 Вареники с творогом, со сгущённым молоком	200/30		27,3	9,6	57,7	430
	сред.		20,85	13,95	42,70	380,50
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150		3,5	8,2	28,4	202
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		12,00	18,30	85,2	551,00
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

