

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ПЯТНИЦА

16.02.2024

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

№ 45/2015	Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	5,64	54	
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша мятая	90	16,21	7,8	5,92	159	
Акт 2020 г	Пюре картофельное	150	3,28	4,65	22,02	146	
ТТК 2023 г	Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
	Итого:	540	66,80	23,06	15,89	63,99	498

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Комплекс № 1

ТТК2020	Птица запечённая (цыплята)	90	24,03	22,0	0,866	298
304/2015	Рис отварной	100	2,6	3,6	26,7	150
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	Итого:	55,00	27,40	25,76	42,22	513

СУП+ВЫПЕЧКА

Комплекс № 2

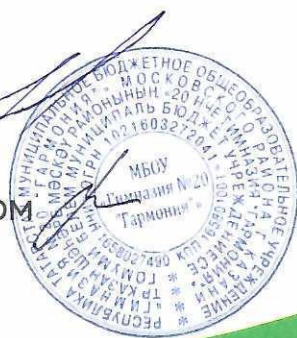
338/2015г	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
82/2015	Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10	2,04	6,7	12,66	119
ТТК2018	Пирожное Медовое	50	3,78	14,4	22,32	234
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
	Итого:	55,00	7,24	21,69	61,7	476

Сб. М:Дели, плюс201:	Каша пшённая вязкая	130	3,70	4,34	20,98	138	
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32	
	Хлеб ржано-пшеничный	17	9,20	0,85	0,17	7,65	37
	Итого:	4,57	4,52	36,62	207		

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ПЯТНИЦА

16.02.2024

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47	
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131	
ТТК 2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75	
капуста свежая	50						
морковь свежая	45						
масло растительное	5						
	сред.		2,70	3,47	10,23	84	
1-ые БЛЮДА							
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111	
	сред.		2,04	6,70	12,66	111	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	75/5		17,5	10,6	2,5	175	
ТТК 2022 Котлеты Школьные	90		12,4	13,5	7,8	199	
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226	
	сред.		13,43	14,73	3,70	200	
ТТК 2016 Курица по-французски	180		17	28,9	16,9	397	
	сред.		17,00	28,90	16,90	397	
ГАРНИРЫ							
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173	
309/2015 Макароны изделия отварные (м/слив.)	180		6,8	5,4	43,1	248	
ТТК 2021 Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146	
	сред.		4,77	5,22	30,50	189	
НАПИТКИ							
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/7		0,4	0,03	11,8	51	
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41	
	сред.		0,21	0,02	11,00	46	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91	
		Итого с самост.бл юдом-	79,00	21,77	35,98	59,40	645
		Итого-	79,00	22,97	27,03	76,70	637

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

