

# Меню

Гимназия №20 «Гармония»

**ВТОРНИК**

**20.02.2024**

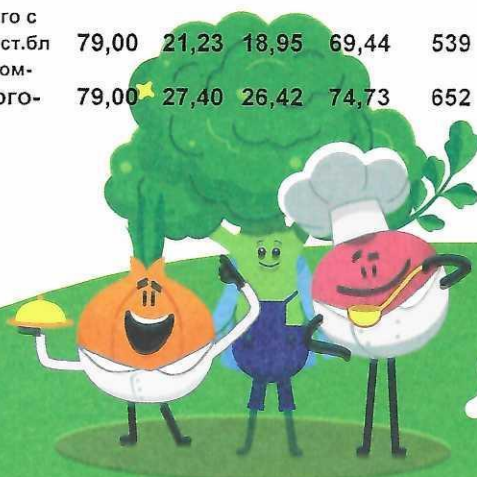
Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ккал
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>2,70</b>	<b>3,47</b>	<b>9,93</b>	<b>83,3</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2019 Голень запечённая	80		18,20	18,40	0,50	241
ТТК 2022 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
	<b>сред.</b>		<b>17,23</b>	<b>16,17</b>	<b>2,10</b>	<b>223</b>
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной) ✓	40/160		11,2	12,4	28,8	273
	<b>сред.</b>		<b>16,30</b>	<b>15,15</b>	<b>33,27</b>	<b>336</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	<b>сред.</b>		<b>5,24</b>	<b>6,45</b>	<b>36,45</b>	<b>226</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	<b>сред.</b>		<b>0,09</b>	<b>0,02</b>	<b>9,87</b>	<b>41,00</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79

Итого с						
самост.бл	79,00	21,23	18,95	69,44	539	
юдом-						
Итого-	79,00	27,40	26,42	74,73	652	

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

# Меню

## Гимназия №20 «Гармония»

**ВТОРНИК**

**20.02.2024**

### ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТТК 2023 г	Жаркое по - домашнему	40/160	11,24	14,5	28,83	291	
ТТК 2021 г	Напиток из урюка	200	0,80	0,06	18,46	79	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>66,80</b>	<b>14,96</b>	<b>15,32</b>	<b>75,93</b>	<b>508</b>

### ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

#### Комплекс № 1

ТТК 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
309/2015	Спагетти отварные (м/растит.)	180	6,7	6,1	43,1	254
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>19,12</b>	<b>17,10</b>	<b>77,98</b>	<b>548</b>

### СУП+ВЫПЕЧКА

#### Комплекс № 2

338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/5	1,95	6,0	9,12	99
ТТК2018	Пирожное Медовое	50	3,78	14,4	22,32	234
648/2004	Кисель из концентрата	200			13,1	53
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>7,13</b>	<b>20,94</b>	<b>63,3</b>	<b>477</b>
Об., М. ДеЛи, плюс 201г	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	0,85	0,17	7,65	37
	<b>Итого:</b>	<b>9,20</b>	<b>4,57</b>	<b>4,52</b>	<b>36,62</b>	<b>207</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

