

# Меню

## Гимназия №20 «Гармония»

ЧЕТВЕРГ

14.03.2024

### ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	80	0,31	0,32	7,84	35	
ТТК 2021 г	Плов с говядиной	40/160	12,22	15,61	46,03	373	
№630/1996г	Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	89	
	<b>Итого:</b>	<b>528</b>	<b>66,80</b>	<b>15,07</b>	<b>16,29</b>	<b>80,70</b>	<b>529</b>

### ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

<b>Комплекс № 1</b>							
ТТК 2021	Гуляш из птицы	40/40	14,67	15,3	3,33	210	
309/2015	Макаронные изделия отварные (с маслом слив.)	150	5,60	5,06	35,91	212	
ТТК2023	Напиток из вишни	200	0,12	0,0	11,6	48	
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44	
	<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>21,39</b>	<b>20,62</b>	<b>59,84</b>	<b>514</b>

### СУП+ВЫПЕЧКА

<b>Комплекс № 2</b>							
532/2013	Десерт фруктовый	90	0,4	0,4	8,8	42	
139/2004	Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	200/11	6,52	6,0	15,5	143	
ТТК2019	Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221	
ТТК 2023	Напиток из урюка	200	0,8	0,1	18,5	79	
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33	
	<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>11,67</b>	<b>16,96</b>	<b>79,35</b>	<b>518</b>

202/2015	Каша Геркулесовая вязкая	130	3,48	5,04	17,34	129	
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>4,35</b>	<b>5,22</b>	<b>32,98</b>	<b>198</b>

Директор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»



# Меню

## Гимназия №20 «Гармония»

### ЧЕТВЕРГ

### 14.03.2024

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	55		2,2	5,8	4,75	74
капуста брокколи отварная	25					
фасоль красная консервиров.	25					
соль	0,12					
масло растительное	5					
	сред.		2,93	3,70	9,65	82
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2020 Рыба запеченая	100		23,00	13,20	4,4	228
ТТК 2021 Гуляш из птицы	45/45		13,2	13,8	3,00	189
	сред.		16,17	12,70	5,23	199
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448
	сред.		16,90	15,55	41,80	377
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2016 Картофель тушёный	180		3,9	12,7	29,4	249
	сред.		5,10	8,20	40,17	255
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	сред.		0,40	0,03	13,25	56
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68

Итого с					
самост.бл	79,00	22,12	19,53	78,83	582
юдом-					
Итого-	79,00	26,49	24,88	82,43	660

Директор

Зав. производством  
8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

