

# Меню

## Гимназия №20 «Гармония»

ПЯТНИЦА

15.03.2024

### ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая	90	11,01	8,4	6,03	144	
Акт 2020 г	Пюре картофельное	150	3,28	6,1	26,1	172	
ТТК 2019 г	Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/50/5	2,6	2,28	18,27	104	
ТТК 2023 г	Напиток из урюка	200	0,80	0,06	18,46	78	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	89	
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>66,80</b>	<b>20,21</b>	<b>17,20</b>	<b>87,70</b>	<b>587</b>

### ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

#### Комплекс № 1

ТТК2021	Гуляш из говядины	35/35	10,66	12,37	2,02	162
303/2015	Каша гречневая вязкая	150	3,5	4,6	22,01	144
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
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>14,93</b>	<b>17,16</b>	<b>38,68</b>	<b>371</b>

### СУП+ВЫПЕЧКА

#### Комплекс № 2

532/2013	Десерт фруктовый	90	0,4	0,4	8,8	42
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
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>7,24</b>	<b>21,69</b>	<b>60,7</b>	<b>471</b>

309/2015,ТТК	Спагетти отварные (с мас.растит.)	150	5,60	5,07	35,90	212
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром,лимоном	200/8/7	0,1	0,02	8,42	73
	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,35	2,7	12,15	60
	<b>Итого:</b>	<b>9,20</b>	<b>7,05</b>	<b>7,79</b>	<b>56,47</b>	<b>345</b>

Директор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»



# Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ПЯТНИЦА

15.03.2024

Наименование блюд	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
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	75		2,7	6,6	6,9	98
свекла отварная	45					
кукуруза консервирован.	25					
масло растительное	5					
	сред.		3,10	3,97	10,37	90
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
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
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	80/10		21,1	13,9	2,8	215
ТТК 2022 Биточки рыбные из фарша мятая	90		16,2	5,9	5,9	135
ТТК 2022 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
	сред.		17,62	16,06	2,62	223
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2021 Пюре картофельное	180		4	5,6	26,4	175
	сред.		5,00	5,52	31,97	199
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,01	0,00	9,10	37
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68

Итого с  
самост.бл  
юдом-  
Итого- 79,00 26,56 28,53 70,48 637

Директор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

