

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ПОНЕДЕЛЬНИК

01.04.2024

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

ТТК 2022 г	Котлеты "Аппетитные" мясо - куриные	90	13,79	13,05	7,99	205	
№ 303/2015	Рис отварной	150	2,3	1,6	38,6	178	
№71/2015 г	Овощи натуральные свежие (огурцы)	15	0,1	0,01	0,28	2	
№630/1996г	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,00	7,99	32	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	89	
	Итого:	503	66,80	18,73	15,02	73,70	505

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Комплекс № 1

ТТК2020	Птица запечённая (цыплята)	90	24	22,0	0,87	298
303/2015	Каша гречневая вязкая	150	3,5	4,6	22,01	144
ТТК2023	Напиток из вишни	200	0,12	0,0	11,6	48
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
	Итого:	55,00	29,12	26,97	48,0	556

СУП+ВЫПЕЧКА

Комплекс № 2

97/2015	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/11	4,2	4,4	20	137
ТТК2021	Пицца с сыром	85	13,60	11,40	24	252
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55
	Итого:	55,00	19,07	16,05	62,9	476

309/2015, ТТК	Макароньы отварные (с мас.растит.)	150	5,60	5,07	35,90	212
ТТК ОТ 2021г	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,1	0,02	11,2	46
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
	Итого:	9,20	6,49	5,24	53,85	291

Директор

Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ПОНЕДЕЛЬНИК

01.04.2024

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
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	60		0,75	5,1	1,7	55
огурцы свежие	40					
зелёный горошек консервиров.	15					
масло растительное	5					
	сред.	2,45	3,47	8,63	76	
1-ЫЕ БЛЮДА						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,79	13,1	7,99	205
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	60/20		15,8	13,6	1,8	193
ТТК 2021 Птица в томатном соусе (грудки)	50/50		9,9	10,6	3,6	150
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90		24	22,0	0,87	298
	сред.	14,78	15,87	3,01	214,4	
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		12,2	15,6	46	373
	сред.	12,20	15,60	46,00	373	
ГАРНИРЫ						
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 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.	4,87	4,76	26,14	167	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.	0,07	0,01	9,58	39,0	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с	79,00	16,61	19,33	78,34	556
	самост.блюдо					
	м-	79,00	24,05	24,35	61,49	564
	Итого-					

Директор

Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»