

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ВТОРНИК

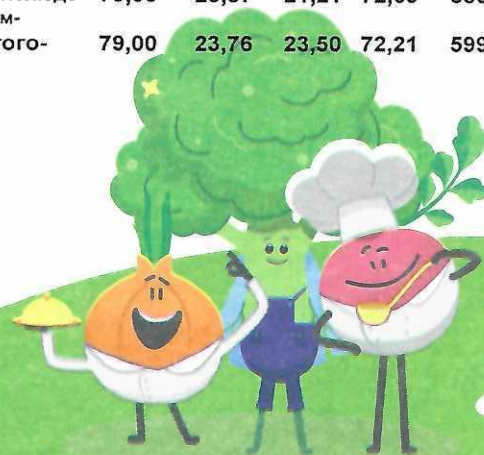
16.04.2024

Наименование блюд	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
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	60		0,75	5,1	1,7	55
помидоры свежие	40					
кукуруза консервиров.	15					
масло растительное	5					
	сред.	2,45	3,47	8,63	76	
1-ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2019 Голень запечённая	80		18,20	18,40	0,50	241
ТТК2021 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	60/5/5		14,9	8,8	0,2	139
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,56	10,2	9,23	167
	сред.	14,09	13,32	3,13	189	
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448
ТТК2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160		15,58	17,16	31,02	341
	сред.	19,14	17,48	40,06	395	
ГАРНИРЫ						
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
ТТК2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.	5,24	6,45	36,45	226	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	сред.	0,09	0,02	9,87	41,00	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68

Итого с самост.блюдо	79,00	23,57	21,21	72,69	580
М-					
Итого-	79,00	23,76	23,50	72,21	599

Директор

Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ВТОРНИК

16.04.2024

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	60	0,24	0,24	5,88	27	
ТТК 2023 г	Жаркое по - домашнему	40/160	15,58	17,16	31,02	341	
№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:	508	66,80	18,36	17,76	63,73	488

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	20	1	0,2	9,0	44
	Итого:	55,00	18,62	17,00	73,48	526

СУП+ВЫПЕЧКА

Комплекс № 2

532/2013	Десерт фруктовый	90	0,4	0,4	8,8	42
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	15	0,75	0,15	6,8	33
	Итого:	55,00	6,88	20,89	60,1	461

Сб., М.: Дели, плюс 2	Каша пшённая вязкая	130		3,70	4,30	21,00	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	
	Итого:			9,20	4,57	4,48	36,64	207

Директор

Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»