

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

СРЕДА

17.04.2024

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
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	1шт/15/5		6,8	10,8	1,3	130
яйцо варёное вкрутую	1шт.					
зелёный горошек консервиров.	15					
масло растительное	5					
	сред.	4,47	5,37	8,50	101,0	
1-ые БЛЮДА						
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,46	9,9	9,6	172
ТТК 2021 Гуляш из птицы (грудки)	45/45		11,85	13,8	2,95	183
ТТК 2020 Рыба запеченая	60		13,90	4,00	2,6	102
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.	11,90	11,95	3,99	171	
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом	180		13,0235	16,4	24,88	298
	сред.	13,02	16,41	24,88	298	
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
648/2004 Напиток яблочный	200				13,1	53
	сред.	0,00	0,00	10,55	43	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68

Итого с сметой блюд	79,00	19,38	22,03	58,06	509
Итого-	79,00	23,13	22,32	63,30	549

Директор

Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

СРЕДА

17.04.2024

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

ТТК 2021 г	Гуляш из птицы	45/45	11,85	13,79	2,95	183	
№ 202/2015 г	Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,46	35,94	206	
№71/2015 г	Овощи натуральные свежие (помидоры)	15	0,16	0,03	0,57	3	
№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	20,19	18,64	66,29	514

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Комплекс № 1

ТТК 2020г	Запеканка картофельная с мясом	170	12,28	15,58	23,52	281
ТТК 2021	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
	Итого:	55,00	13,30	15,78	40,42	357

СУП+ВЫПЕЧКА

Комплекс № 2

96/2015	Рассольник Ленинградский с мясными фрикадел., сметаной	200/11/5	4,1	7,5	17,3	154
ТТК2022	Элеш с птицей	100	6,0	4,90	40,0	229
648/2004	Напиток яблочный	200			13,1	53
	Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55
	Итого:	55,00	11,35	12,65	81,7	491

202/2015	Каша полбяная вязкая	130	3,10	4,00	16,8	116
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,8	0,16	7,2	35
	Итого:	9,20	3,92	4,17	31,99	183

Директор

Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»