

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ЧЕТВЕРГ

18.04.2024

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 2023 Салат-бар	60	1,34	5,1	3,8	67	
помидоры свежие	40					
фасоль консервиров.	15					
масло растительное	5					
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15	6,2	4,90	15,4	131	
	сред.	2,65	3,47	9,33	80	
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10	7	6,3	26,4	191	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами	65/25	1,34	5,1	3,8	67	
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199	
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90	24	22,0	0,87	298	
	сред.	12,58	13,53	4,16	188	
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5	22,7	17,8	49,1	448	
ТТК 2021 Плов с птицей	40/160	15,44	19,3	45,88	419	
	сред.	19,07	18,55	47,49	434	
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150	3,50833	8,25	28,42	202	
	сред.	4,97	6,72	39,84	240	
НАПИТКИ						
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	20/15	2,14	0,32	16,38	79	

итого с	79,00	23,86	22,33	82,30	629
самост. блюда					
Итого-	79,00	22,34	24,04	78,81	623

Директор

Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ЧЕТВЕРГ

18.04.2024

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	60	0,24	0,24	5,88	27	
ТТК 2021г	Плов с птицей	40/160	15,44	19,29	45,88	419	
ТТК 2021г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,14	33	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	89	
	Итого:	513	66,80	18,26	19,90	78,74	567

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Комплекс № 1						
ТТК 2023	Котлеты Столичные	90	12,61	13,7	7,8	202
309/2015	Макаронные изделия отварные (м/растит.)	150	5,64	4,7	36	207
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
	Итого:	55,00	19,27	18,53	60,70	485

СУП+ВЫПЕЧКА

Комплекс № 2						
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 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
	Итого:	55,00	11,14	16,95	71	482

303/2015	Каша гречневая вязкая	130	2,83	3,75	17,82	116
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
	Итого:	9,20	3,60	3,91	32,56	181

Директор

Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»