

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ВТОРНИК

17.09.2024

№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/201:	Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2022	Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023	Салат - бар	100		0,75	5,1	1,7	75
	капуста свежая						
	морковь свежая						
	масло растительное						
	1 -ые БЛЮДА	сред.		2,48	3,49	9,62	87
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		9,01	10,12	41,14	292
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2019	Чахохбили из птицы	50/50		10,76	14,17	6,93	178
ТТК 2021	Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,47	10,62	2,67	176
	сред.	сред.		14,12	12,40	4,80	177
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5		20,4	16,35	44,19	406
ТТК 2023	Жаркое по - домашнему	40/160		11,2	12,43	28,83	273
	сред.	сред.		15,82	14,39	36,51	340
ГАРНИРЫ							
304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,08	254
139/2015	Капуста тушеная	180		4,08	8,9	16,82	165
	сред.	сред.		5,13	7,15	35,97	229
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,04		8,13	34
ТТК 2023	Напиток из вишни	200		0,12	0,03	11,57	48
	сред.	сред.		0,08	0,02	9,85	41
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Итого с сам.блюд	79,00	20,90	18,26	74,82	559
Итого:	79,00	24,33	23,42	79,08	626

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»



Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ВТОРНИК

17.09.2024

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

ТТК 2023 г	Жаркое по - домашнему	40/160	12,05	17,93	39,88	370	
№71/2015 г	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	7	
№830/1996г	Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
	Итого:	508	66,80	15,01	18,35	67,85	500

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

ТТК 2022	Комплекс № 1					
№303/Дели	Чахохбили из птицы	50/50	14,65	17,5	6,94	245
ТТК 2021	Каша рисовая вязкая	150	2,3	4,1	23,94	142
	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	17,97	21,85	47,78	463

ЗАВТРАК

№173/2015г	КОМПЛЕКС № 1					
ТТК 2021 г	Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,34	6,79	28,52	208
ТТК 2019 г	Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
	Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/45/10	3,19	2,52	19,5	114
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
	Итого:	35,00	11,80	10,18	71,42	433

Сб., М: Дели, плюс 2	Каша пшённая вязкая	120	3,40	4,00	19,40	127	
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром	180/5	0,0	0,0	5,13	21	
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33	
	Итого:		9,20	4,17	4,16	31,28	181



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

