

Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ПЯТНИЦА

20.09.2024

№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
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,19	4,86	15,42	131
ТТК 2023	Салат - бар капуста свежая морковь свежая масло растительное	100		1,47	5,1	8,5	87
		сред.		2,71	3,48	11,89	91
1 - ые БЛЮДА							
103/2015	Суп картофельный с горохом, гречками	250/10		8,36	8,3	39,27	265
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК	Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,3	3,23	209
ТТК 2023	Бифштекс рубленый по - домашнему	90		10,7	12,03	15,36	210
ТТК 2020	Биточки рыбные из минтая	90		12,06	15,3	15,92	238
ТТК 2019	Голень запечённая	90		22,8	32,60	2,15	393
		сред.		12,46	14,20	11,50	219
ГАРНИРЫ							
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,94	6,5	50,25	291
309/2015	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,06	254
129/2015	Капуста цветная отварная	100		3,01	3,36	5,06	63
312/2015	Пюре картофельное	180		3,94	5,58	26,43	175
		сред.		5,40	5,38	31,20	196
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				7,98	32
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
		сред.		0,07	0,01	9,57	39
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Итого с сам.блюд	79,00	0,00	0,00	0,00	0
Итого:	79,00	21,70	23,63	78,23	615

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»



Меню

Гимназия №20 «Гармония»

ПЯТНИЦА

20.09.2024

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

ТТК 2021 г	Биточки рыбные из минтая	90	12,06	15,31	15,92	238
Акт 2020 г	Пюре картофельное	150	3,28	4,65	29,93	174
№71/2015 г	Овощи натуральные свежие (огурцы) доп. гарнир	30	0,21	0,03	0,57	3
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,02		7,99	32
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	510	66,80	18,09	20,35	538

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Комплекс № 1						
ТТК 2021	Гуляш из птицы	50/50	14,6	15,30	3,24	209
№302/Дели	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,62	5,4	41,8	242
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	22,24	20,90	61,94	527

ЗАВТРАК

КОМПЛЕКС № 1						
ТТК 2019	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/5	4,54	7,01	12,89	134
№173/2015г	Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с масл	150/5	4,66	5,32	25,37	175
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
	Итого:	35,00	9,22	12,33	46,24	341

309/2015,ТТК	Спагетти отварные (с мас.растит.)	130	4,85	4,39	31,11	184	
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	5,62	4,55	42,99	238

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



proedouplen.ru

