

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
с 11 по 16 декабря, с 25 по 30 декабря 2023 г

2 - я неделя ДЕКАБРЬ

№ФСБ. рег. 1 день

Меню

Наименование блюда

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углевод.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016 Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5		6,5	11,30	1,10	132
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,5	6,1	10,42	108
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
сред.		1,77	6,07	11,91	111	

1-ые БЛЮДА

97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	14,5	1,9	220
ТТК 2021 Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
сред.		18,43	19,47	3,83	263	

ТТК 2016 Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
ТТК 2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
сред.		16,35	18,00	50,45	433	

ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
202/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	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, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
сред.		0,10	0,01	9,64	40	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79

Итого с самост.бл юдом-	79,00	20,35	24,40	88,38	663
Итого-	79,00	27,30	30,63	67,90	660

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn