

Меню

МБОУ «Русско-татарская средняя общеобразовательная школа № 136»
Приволжского района города Казани

14 апреля 2023 г.

Завтрак младшие

14/2015 Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66
ТТК 2019 г Макароны изделия отварные с сыром	150	8,99	8,21	32,11	239
ТТК 2021 г Чай с молоком	180/7	1,36	0,68	9,35	53
Батон	40	3,00	1,16	20,56	105
Итого:	35,00	13,43	17,30	62,15	463

Горячий завтрак старшие

№ 338/2015! Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
97/2015 Суп картофельный	250	2,52	3,0	19,85	117
ТТК 2018 Маффин Шоколадный	50	3,78	14,4	22,32	234
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46
Хлеб ржано - пшеничный	35	1,75	0,35	15,8	77
Итого:	55,00	8,58	18,14	78,9	521

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 г	Жаркое по - домашнему	25/160		13,6	15,20	38,3	344
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	180		0,12	0,02	1,03	41
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
	Итого:	505	62.10	16,64	15,98	67,97	523

Обед

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	
сб.2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,42	0,1	1,14	7	
ТТК 2016 Салат"Столичный" с соусом Переменка	80	5,3	12,9	5,4	159	
ТТК 2021 Салат с фасолью (фасоль консер,морковь отв,огурцы солён,м/раст.)	60	1,8	5	5,1	74	
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батонм)	25/15	6,2	4,9	15,4	131	
	сред.	2,82	4,65	7,37	84	
1-ые БЛЮДА						
97/2015 Суп картофельный	250	2,52	3,0	19,9	117	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром,соусом Переменка	80/5/10	19,5	13,0	0,4	197	
ТТК 2022 Котлеты Аппетитные	90	13,8	14,7	8	216	
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной,на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226	
ТТК 2021 Фрикадельки мясные в соусе	55/50	12,5	14,9	5,2	205	
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	60/40	9,9	10,6	3,6	150	
	сред.	14,56	14,08	3,68	199	
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	30/170	8,7	9,8	24,4	221	
ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/10	26,3	28,9	44,1	366	
	сред.	17,50	19,35	34,25	294	
ГАРНИРЫ						
ТТК 2021 Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44	175	
ТТК 2016 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
ТТК 2023 Капуста тушёная	150	3,6	6,2	15,2	133	
	сред.	3,91	5,79	22,68	160	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
648/2004 Кисель из концентрата	200			13,1	53	
	сред.	0,00	0,00	10,55	43	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20	2,77	0,5	21,1	102	

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn

8-(800)-234-33-88