

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

20 марта 2023 г.

Меню

Завтрак младшие

ТТК 2020 г Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/10	17,04	5,37	25,7	222
ТТК 2021 г Компот из замороженной компотной смеси	180	0,12	0,02	10,03	41
Итого:	30,00	17,16	5,39	35,72	263

Горячий завтрак старшие

102/2015 Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/11	7,7	7,1	19,4	173
ТТК 2021 Пицца с сыром	85	13,60	11,40	24	252
648/2004 Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	22,30	18,70	65,2	522

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТТК 2022 г	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,56	10,92	9	170	
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,46	35,94	207	
ТТК	Кукуруза консервированная (доп. гарнир)	25	0,69	0,20	2,95	17	
№ 648/2004 г	Кисель из концентрата	180			11,79	47	
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35	
	Итого:	585	62,10	18,18	16,25	83,61	556

Обед

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
47/2015 Салат из квашеной капусты (без лука)	100		1,6	5,1	8,24	88
21/2003 Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70		4,85	9,8	7,28	137
	сред.		2,11	7,42	9,60	115
1- БЛЮДА						
102/2015 Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/11		7,76	7,2	19,4	174
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Бифштекс по-домашнему	90		13,5	12,22	8,5	195
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	сред.		13,80	12,21	4,70	183
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
ТТК 2019 Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	сред.		19,29	26,84	35,77	464
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	25,41	173
ТТК 2014 Макароны изделия отварные (с м/слив.)	180		6,77	5,4	43,13	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		4,96	4,84	26,11	167
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,95	40,5
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

