

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

21 марта 2023 г.

Завтрак младшие

№3/2015 г. Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/5	4,92	7,15	15,46	147
№ 173/2015г. Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,35	6,8	28,53	208
ТТК 2021 г. Чай с молоком	180/7	1,36	0,68	9,35	53
Итого:	30,00	12,63	14,63	53,34	408

Горячий завтрак старшие

82/2015 Борщ с капустой,картофелем,с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	3,8	8,1	12,9	133
ТТК2018 Маффин Шоколадный	50	3,2	10,4	29,8	211
ТТК 2021 Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	8,12	18,73	63,3	436

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
№ 47/2015 г	Салат из квашенной капусты (без лука)	60	0,98	3,05	4,63	51
ТТК 2021 г	Жаркое из птицы (грудки куриные)	40/150	13,52	13,68	21,91	265
ТТК 2021 г	Чай без сахара	180	0,01	0,005	0,005	
	Печенье весовое	2 шт/30	2,07	2,14	22,23	117
	Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,25	55
	Итого:	585	62,10	18,23	19,53	69,83

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
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
52/2015 Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
ТТК 2016 Яйцо под соусом Переменка с з/горошком	48/10/5		6,5	11,3	1,1	132
ТТК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159

1-ые БЛЮДА

82/2015 Борщ со свеж.капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5	3,8	7,5	12,6	134
--	----------	-----	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020 Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226
260/2015 Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром,соусом Переменка	70/5/5	17,5	10,6	2,7	175
сред.		14,84	13,98	3,99	200

ТТК2021 Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150	16,1	16	21,5	295
сред.		16,10	16,00	21,50	295

ГАРНИРЫ

ТТК2021 Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,46	175
ТТК2014 Спагетти отварные (с маслом сливоч.)	180	6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 Капуста тушёная	180	4,21	7,4	18	159
сред.		4,96	6,37	29,19	196

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0,0	11,15	46
сред.		0,10	0,01	9,64	40,00

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	16,38	79
---	-------	------	-----	-------	----

Итого с
самост.бл
юдом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»