

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

21 февраля 2023 г.

Завтрак младшие

№3/2015 г. Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/5	4,54	7,01	12,89	134
№ 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	200/8	1,52	0,755	10,39	59
Итого:	30,00	12,41	14,57	51,81	401

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	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	7,87	18,68	61,1	425

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2020 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	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
	Итого:	585	62,10	17,17	17,47	63,87	488

Обед

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батонem)	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 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
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 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/5	19,6	26,8	1,51	324
ТТК2019 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.		15,46	16,37	4,07	225

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 растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254
139/2015 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

	20/20	2,52	0,4	18,84	91
--	-------	------	-----	-------	----

Итого с
самост.бл 73,00
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn