

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

24 марта 2023 г.

Завтрак младшие

№3/2015 г	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/5	4,92	7,15	15,46	147
№ 173/2015 г	Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5	4,6	5,08	32,55	201
ТТК 2023 г	Напиток яблочный	180	0,10	0,10	26,40	108
Итого:		30,00	9,62	12,33	74,41	456

Горячий завтрак старшие

96/2015	Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	4,3	8,4	17,5	163
ТТК 2018	Маффин Классический	50	3,2	10,4	29,8	211
685/2004	Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:		48,00	8,27	18,95	62,0	439

Бесплатное питание младшие

Акт 2018 г	Блинчики со сгущенным молоком	45/10	3,19	2,52	19,5	114	
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая	90	9,2	11,5	6,6	171	
Акт 2020 г	Пюре картофельное	150	3,28	4,65	22,02	146	
№348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	180	0,90	0,07	9,50	42	
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
	Итого:	515	62,10	19,09	19,10	76,46	564

Обед

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
Икра кабачковая	50		1	4,5	3,9	60
Винегрет овощной (без лука)	100		1,22	10,16	7,17	126
	сред.		2,05	5,21	8,93	91,60
1-ые БЛЮДА						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,42	6,1	17,1	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба (филе) запеченная с сыром,соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	сред.		16,58	15,12	3,34	214
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
	сред.		26,30	28,90	44,10	366
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Пюре картофельное	150		3,28	4,7	22,03	146
	сред.		3,94	5,58	35,02	208
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,07	0,01	9,58	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого с
самост.бл
юдом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn