

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

08 сентября 2023 г.

Бесплатное питание младшие

№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,32	7,84	38
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,67	6,11	7,09	91
	Помидоры свежие порциями	30					
	Огурцы солёные	10					
	Фасоль консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая	90		9,8	2,01	10,2	98
Акт 2020 г	Пюре картофельное	150		3,28	7,28	22	169
	Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7		0,01		7,19	29
№ 349/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	180		0,72	0,06	16,61	71
				0,365	0,03	11,9	50
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	600	66,80	17,96	16,11	77,87	537

Обед

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
ТТК 2023 Салат-бар	100		1,3	6,1	3,5	87
	свекла отварная	40				
	морковь свежая	40				
	горошек зелёный консервированный	10				
	сухарики из пшеничного хлеба	5				
	масло растительное	5				
№ 3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Масло растительное	сред.		2,96	3,83	11,23	91
1-ое БЛЮДО						
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гречкой, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
32/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10		2,04	6,7	12,66	119
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	80/5		19,9	4,3	2,4	128
ТТК 2032 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2018 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
ТТК 2021 Фрикадельки мясные в соусе	55/50		12,5	14,9	5,2	205
	сред.		17,88	14,30	4,10	216
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	30/170		8,7	9,8	24,4	221
ТТК 2017 Сырники "Классические" со гущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
	сред.		18,35	9,60	33,45	296
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.		5,11	6,14	29,25	194
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,1	13,4	58
ТТК 2022 Компот из замороженной вишни	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,35	0,04	12,28	52
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/30		3,78	0,5	23,34	137

Итого с
самост.бл
юдом-
Итого- 79,00 25,14 14,00 80,30 578
79,00 29,77 24,84 80,30 690

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru