

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

9 марта 2023 г.

Завтрак младшие

15/2015	Сыр порциями	15	3,94	3,99	53
№173/2015г	Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	181
ТТК 2021 г	Чай с молоком	180/7	1,36	0,68	53
	Батон	28	2,10	0,81	73
Итого:		30,00	13,31	11,04	360

Горячий завтрак старшие

88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем, с мясными фрикадель-ками, со сметаной	250/11/10	3,8	8,2	9,5	128
ТТК2019	Кекс Волжский	50	3	10,4	29,8	211
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:		48,00	7,81	18,80	59	424

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
№ 52/2015г	Свекла отварная (дольками) с маслом	60	0,85	3,65	5,02	56	
ТТК 2022 г	Гуляш из птицы (грудки куриные)	50/50	8,05	9,27	3,13	126	
ТТК 2014 г	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,62	5,39	41,87	242	
ТТК 2021 г	Напиток из шиповника	180	0,01		9,16	37	
	Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,25	55	
	Итого:	615	62,10	17,18	18,96	80,23	563

Обед

Наименование блюд		выход	стоимость	белки	жиры	угл.лев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТТК	Салат картофельный с морковью,з/горошком,яйцом (без лука)	100	2,8	7,2	10,2	117	
ТТК2022	Салат "Бурячок" (свекла отвар.,яблоки,кукуруза консер.,масло раст.)	100	1,5	8,6	9	121	
ТТК 2021	Салат с фасолью (фасоль консер,морковь отв,огурцы солён,м/раст.)	100	3,1	8,4	8,6	123	
№1/2015	Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178	
		сред.	2,04	7,26	10,62	117	
1-ые БЛЮДА							
88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем,с фрикадельками из птицы,со сметаной	250/11/5	3,33	6,4	7,4	120	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2021	Рыба запечённая с овощами	75/25	15,8	9,9	2,61	163	
ТТК 2021	Люля кебаб	80	14,3	13,1	5,5	195	
ТТК 2021	Гуляш из куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,235	209	
ТТК2020	Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391	
		сред.	16,86	17,92	3,29	240	
ТТК 2021	Гречка с фаршем и овощами	230	20,8	17,4	55,2	460	
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,6	525	
		сред.	21,20	26,35	42,40	493	
ГАРНИРЫ							
ТТК2016	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
ТТК2014	Макаронные изделия отварные (с м/слив.)	180	6,77	5,4	43,13	248	
ТТК2023	Картофель тушёный	180	3,9	12,7	29,4	249	
		сред.	4,96	7,89	32,98	223	
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41	
		сред.	0,01	0,00	9,10	37	
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91	

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»