Меню

МБОУ «Татарская гимназия №17 имени Г.Ибрагимова»
Московского района г.Казани

15 МАРТА 2023 ГОДА

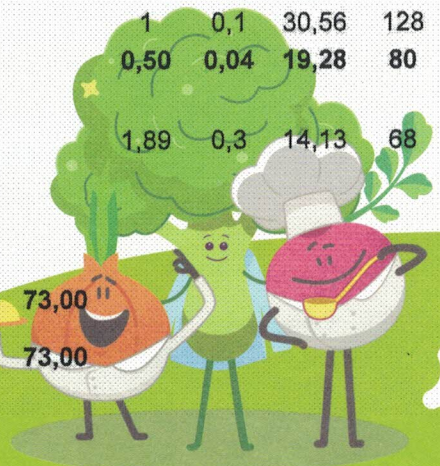
СРЕДА

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из фасоли,кукурузы с сыром,сухариками с маслом раст.	70		4,85	9,8	7,28	137
Зелёный горошек порционно	30		0,93	0,1	1,95	12
Икра кабачковая	50		1	4,5	3,9	60
Винегрет овощной (без лука)	100		1,22	10,16	7,17	126
	сред.		**1,68**	**4,98**	**6,02**	**76**
1- ые БЛЮДА						
Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
Гуляш из филе грудок индейки	40/40		8	10,0	1,7	130
Рыба запеченая (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
	сред.		**13,47**	**11,78**	**3,95**	**175**
Запеканка картофельная с мясом,маслом	180/5		13	20,0	25	331
Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,94	510
	сред.		**18,68**	**25,11**	**29,97**	**421**
ГАРНИРЫ						
Картофель запечённый (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	291
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		**5,35**	**6,66**	**31,05**	**204**
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
	сред.		**0,50**	**0,04**	**19,28**	**80**
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого с самост.блюдом- 73,00
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88
@depta.kzn



Меню

МБОУ «Татарская гимназия №17 имени Г.Ибрагимова»
Московского района г.Казани

15 МАРТА 2023 ГОДА

СРЕДА

Горячее бесплатное питание младшие						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Чикен	90		9,00	10,20	6,00	151
Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	207
Кукуруза консервированная (доп. гарнир)	50		1,39	0,40	5,91	34
Компот из плодов сушеных (урюк)	180		0,90	0,07	9,50	42
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:	605	**62,10**	**19,47**	**15,85**	**83,53**	**560**

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn