

# Меню

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

15 ДЕКАБРЯ 2022 ГОДА

Четверг

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80	5,2	9,5	1,50	111	
Салат картофельный с огурцами, зелёным горошком	100/5	1,46	5,3	9,83	93	
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100	1,3	10,1	7,2	126	
Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	176	
	<b>сред.</b>	<b>2,17</b>	<b>7,41</b>	<b>9,16</b>	<b>111</b>	
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10	3,33	6,4	7,56	128	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90	16,5	15,0	6,6	228	
Рыба (филе) по-Московски	70/20	18	13,8	2	204	
Цыплята запечённые	110	29,4	26,9	1,1	368	
Чахохбили из куриных грудок	60/50	12,6	16,6	7	228	
	<b>сред.</b>	<b>19,13</b>	<b>18,08</b>	<b>4,18</b>	<b>256</b>	
Плов с куриными грудками, огурец солёный -доп. гарнир	50/150/50	13,4	21,5	40	412	
Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,6	525	
	<b>сред.</b>	<b>17,50</b>	<b>28,40</b>	<b>34,80</b>	<b>469</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Спагетти отварные (с маслом слив.)	180	6,77	5,4	43,14	248	
Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178	
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
	<b>сред.</b>	<b>4,91</b>	<b>7,02</b>	<b>37,11</b>	<b>232</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34	
Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,1	30,56	128	
	<b>сред.</b>	<b>0,53</b>	<b>0,04</b>	<b>19,35</b>	<b>81</b>	
Хлеб ржано-пшеничный, хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91	

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Итого с  
самоуст. бл  
юдом -  
Итого - 73,00

