

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
с 6 по 11 ноября, с 20 по 25 ноября 2023 г

1 - я неделя НОЯБРЬ

№Сб.ред 1 день

Меню

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
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016 Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5	6,5	11,30	1,10	132
ТТК 2023 Салат-бар	100	2,5	6,1	10,42	108
капуста свежая	40				
морковь свежая	40				
фасоль консервированная	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
сред.		1,79	6,10	12,57	114

1-ЫЕ БЛЮДА

ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
97/2015 Суп картофельный	250	2,52	3,0	19,8	117

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023 Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20	20,2	14,5	1,9	220
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	45/45	8,9	9,5	3,3	135
сред.		13,83	12,50	4,33	185
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/120	11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	150	18,00	29,40	24,70	438
ТТК 2019 Рыбный киш	170	24,40	30,20	34,60	600
сред.		17,83	24,30	31,27	448

ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248
304/2015 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	120	4,68	4,32	10,56	96
сред.		5,07	5,45	32,02	197

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46
сред.		0,10	0,01	9,64	40,0

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с 15/15 1,89 0,25 14,13 68

Итого с самост.блю дом-	79,00	21,61	30,66	67,61	670
Итого-	79,00	22,68	24,31	72,69	603

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»