

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
с 11 по 16 марта, с 25 по 30 марта 2024 г

2 - я неделя МАРТ

№Сб.рей 1 день

Меню

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	50		2,1	5,7	4,76	79

капуста цветная отварная

40

соль

0,1

фасоль красная консервиров.

25

масло растительное

5

сред.

2,90

3,67

9,65

84

1-ЫЕ БЛЮДА

97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
--------------------------	-----	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
--	-------	--	------	------	------	-----

ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,9	212
-----------------------------------	-------	--	------	------	-----	-----

ТТК 2021 Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
--	----	--	------	------	------	-----

243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
---------------------------	---------	--	------	------	-----	-----

сред.

15,44

18,76

3,43

245

ТТК2016 Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
-------------------------	-----	--	------	------	------	-----

сред.

21,70

28,00

36,80

493

ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
--------------------------------	-----	--	-----	-----	-------	-----

202/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
--	-----	--	-----	-----	------	-----

ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
---	-----	--	-----	-----	-----	----

сред.

4,87

4,76

26,14

167

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
--	-------	--	--	--	---	----

ТТК 2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
---------------------------	-----	--	-----	-----	------	----

сред.

0,40

0,03

13,25

56

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Итого с самост.бл	79,00	26,89	31,95	73,83	701
----------------------	-------	-------	-------	-------	-----

Итого- юдом-	79,00	25,50	27,46	66,60	619
-----------------	-------	-------	-------	-------	-----

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

