

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани

с 27 февраля по 4 марта, с 13 по 18 марта, с 27 марта по 1 апреля 2023 г

Меню

2-я неделя МАРТ

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
№1/2015	Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
47/2015	Салат из квашеной капусты (без лука)	100	1,6	5,1	8,24	88
21/2003	Салат "Здоровье" (морковь,свекла,з/горошек,яблоки)	100	1,3	10,1	7,2	126
ТТК 2016	Салат из фасоли,кукурузы с сыром,сухариками с маслом раст.	70	4,85	9,8	7,28	137
	сред.		2,11	7,42	9,60	115

1-ЫЕ БЛЮДА

сб.1983	Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/10/11	10,5	7,0	24,31	202
---------	---------------------------------------------------	-----------	------	-----	-------	-----

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	70/20	18	13,8	2	204
ТТК 2022	Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	75/5	19	18,1	0,3	241
ТТК2020	Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391
	сред.		17,32	18,83	3,33	251
ТТК2016	Лазанья с мясом	200	22,9	30,0	38,7	519
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	200	21,6	35,3	29,6	525
ТТК2018	Блинчики п/ф со сгущённым молоком	4шт/180/15	11	8	64,1	373
	сред.		18,50	24,43	44,13	472

ГАРНИРЫ

309/2015	Спагетти отварные (с маслом растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254
303/2015	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80
	сред.		4,94	5,09	26,10	169

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,07	0,01	9,60	39

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Итого с
самост.блю 73,00
дом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

