

"Согласовано"

Директор
МАОУ "Прогимназия №29"
Советского района г. Казани
Лонцакова О.П.



**МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
начальной школы ПРОГИМНАЗИИ №29**

с 1 января 2022 г.

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
2 НЕДЕЛЯ							
Понедельник 2 неделя							
Завтрак							
ТТК №792821	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ 200/3 г гим29	200/3		6,000	8,200	29,300	215
ТТК №65275320958	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ 64 г гим29	50/7/7		7,833	12,500	29,000	227
ТТК №792802	ЧАЙ С САХАРОМ (сах 10г) 200 г гим29	200		0,011	0,007	45,167	192
Обед							
ТТК №792822	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ 200/15/5 г (пшеничная кр) гим29	200/15/5		4,600	8,240	14,900	132
ТТК №792825 от 03 02 2020г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120 гим 29	120		3,648	5,376	25,824	163
ТТК №6527532096	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 40/40 гим29	40/40		12,000	11,870	15,000	196
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ 60 г гим29	60		3,000	0,600	27,000	132
№376 Дели 2016	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200г	200		0,200	0,107	28,733	99
№ 31 Справ. 2003	САЛАТ ПЁСТРЫЙ 60 г	60		0,600	2,040	4,520	37

Ужин								
ТТК №792805 от 29 01 2020	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 120 г гим 29	120		3.190	4.075	33.340	183	
ТТК №792807	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200/15/5 г гим29	200/15/5		0.051	0.011	13.333	53	
	БАТОН (пшеничный) 50 г гим29	50		6.000	2.000	37.500	185	
№ 493 Сбор.школ.пит.2004г	ГРУДКИ КУРИНЫЕ (ФИЛЕ) ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ 50/50	50/50		13.546	13.152	4.931	193	
Итого:				0.00	70.256	74.297	331.89	2,227
Вторник 1 неделя								
Завтрак								
ТТК №792808	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ 200/3 г гим29	200/3		6.200	8.600	32.400	232	
ТТК №65275320958	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ 64 г гим29	50/7/7		7.833	12.500	29.000	227	
ТТК №792802	ЧАЙ С САХАРОМ (сах 10г) 200 г гим29	200		0.011	0.007	45.167	192	
Обед								
№21 Дели 2016	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 60 г	60		0.953	3.052	3.696	47	
ТТК №792809	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ 200/15 г гим29	200/15		5.300	4.740	15.100	107	
ТТК №792810	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ ИЗ ГОВЯДИНЫ 220 г гим29	220		16.500	23.197	26.125	242	
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ 60 г гим29	60		3.000	0.600	27.000	132	
№376 Дели 2016	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200г	200		0.200	0.107	28.733	99	
Ужин								
ТТК №652753209 от 04 02 2020г	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ 80 г гим 29	80		18.600	19.800	16.400	294	
ТТК №65275320966	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 100 г гим29	100		1.000	3.400	7.533	62	
ТТК №792807	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200/15/5 г гим29	200/15/5		0.051	0.011	13.333	53	
	БАТОН (пшеничный) 50 г гим29	50		6.000	2.000	37.500	185	
Итого:				0.00	65.648	78.014	281.987	1,872

Среда 1 неделя								
Завтрак								
ТТК №792811	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ 200/3 г гим29	200/3		6.000	8.200	29.300	215	
ТТК №65275320958	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ 64 г гим29	50/7/7		7.833	12.500	29.000	227	
ТТК №792802	ЧАЙ С САХАРОМ (сах 10г) 200 г гим29	200		0.011	0.007	45.167	192	
Обед								
ТТК №792824	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 60 г гим29	60		0.780	2.058	4.140	39	
ТТК № 65275320960	ЩИ СО СВ. КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ, СО СМЕТАНОЙ 200/15/7 г гим29	200/15/7		5.736	7.766	7.285	123	
ТТК №792825 от 03 02 2020г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120 гим 29	120		3.648	5.376	25.824	163	
ТТК №6527532096	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 40/40 гим29	40/40		12.000	11.870	15.000	196	
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ 60 г гим29	60		3.000	0.600	27.000	132	
№376 Дели 2016	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200г	200		0.200	0.107	28.733	99	
Ужин								
ТТК №7927810 от 03 02 2020	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130 гим 29	130		3.792	4.442	21.342	127	
ТТК №792812 от 03 02 2020г	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (фарш) 60/3 г гим 29	60		13.950	14.850	12.300	221	
ТТК №65275320974 от 2020г	ПОДЛИВА ОВОЩНАЯ 30г	30г		1.800	1.781	2.250	29	
ТТК №792807	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200/15/5 г гим29	200/15/5		0.051	0.011	13.333	53	
	БАТОН (пшеничный) 50 г гим29	50		6.000	2.000	37.500	185	
Итого:				0.00	64.801	71.568	298.174	2,001

Четверг 1 неделя								
Завтрак								
ТТК №792815	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ 200/3 г гим29	200/3		3.500	4.350	20.100	138	
ТТК №65275320958	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ 64 г гим29	50/7/7		7.833	12.500	29.000	227	
ТТК №792802	ЧАЙ С САХАРОМ (сах 10г) 200 г гим29	200		0.011	0.007	45.167	192	
Обед								
ТТК №65275320966	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60 г гим29	60		0.600	2.040	4.520	37	
ТТК №792814	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ 200/15/7 г гим29	200/15/7		7.307	8.057	21.681	189	
ТТК №7927810 от 03 02 2020	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150 гим 29	150		4.375	5.125	24.625	146	
ТТК №652753209 от 04 02 2020г	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80 г гим 29	80		18.600	19.800	16.400	294	
ТТК №65275320974 от 2020г	ПОДЛИВА ОВОЩНАЯ 30г	30г		1.800	1.781	2.250	29	
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ 60 г гим29	60		3.000	0.600	27.000	132	
№376 Дели 2016	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200г	200		0.200	0.107	28.733	99	
Ужин								
ТТК №792825 от 03 02 2020г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120 гим 29	120		3.648	5.376	25.824	163	
ТТК №65275320974 от 2020г	ПОДЛИВА ОВОЩНАЯ 30г	30г		1.800	1.781	2.250	29	
ТТК №792813	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ 77 г гим29	77		8.008	15.477	0.616	174	
ТТК №792816	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 50 г гим29	50		1.073	3.058	2.977	44	
ТТК №792807	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200/15/5 г гим29	200/15/5		0.051	0.011	13.333	53	
	БАТОН (пшеничный) 50 г гим29	50		6.000	2.000	37.500	185	
Итого:				0.00	67.806	82.07	301.976	2,131

Пятница 1 неделя								
Завтрак								
ТТК №792817	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ 200/3 г гим29	200/3г		4.750	5.100	22.900	106	
ТТК №65275320958	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ 64 г гим29	50/7/7		7.833	12.500	29.000	227	
ТТК №792802	ЧАЙ С САХАРОМ (сах 10г) 200 г гим29	200		0.011	0.007	45.167	192	
Обед								
ТТК №6527532098	БОРЩ СО СВ. КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ 200/15/10 г гим29	200/15/10		1.500	3.900	9.500	79	
№ 51 Партнер 2009 г	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 60 г	60		1.005	1.110	5.330	36	
ТТК №792818	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200г гим29	200		12.000	11.870	15.000	196	
№376 Дели 2016	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200г	200		0.200	0.107	28.733	99	
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ 60 г гим29	60		3.000	0.600	27.000	132	
Ужин								
ТТК Прогимназии 29	БЛИНЫ С ПОВИДЛОМ 150/25	150/25		11.500	22.500	77.000	555	
ТТК №792820	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50 г гим29	50		0.689	2.051	5.653	45	
ТТК №792807	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200/15/5 г гим29	200/15/5		0.051	0.011	13.333	53	
	БАТОН (пшеничный) 50 г гим29	50		6.000	2.000	37.500	185	
ТТК	СОК ФРУКТОВЫЙ 1/200 г	1/200		-	-	-	-	
Итого:				0.00	48.539	61.756	316.116	1,905