

Меню

МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ
 в столовых общеобразовательных школ г. Казани
 для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №
 с 4 по 9 декабря, с 18 по 23 декабря 2023 г (СУП + ВЫПЕЧКА)

1 - я неделя ДЕКАБРЬ

| № Сб.рей | Наименование продуктов | Выход | Стои-ть | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---------------------|------------------------|--------------|---------|--------------|--------------|-------------|------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| № 338/2011 | Плоды свежие (яблоки) | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 97/2015 | Суп картофельный | 200 | | 2,016 | 2,4 | 15,84 | 94 |
| ТТК2021 | Пицца с сыром | 85 | | 13,60 | 11,40 | 24 | 252 |
| ТТК 2021 | Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | 0 | 7,9 | 32 |
| | Хлеб пшеничный (белый) | 25 | | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
| Итого: | | 55,00 | | 17,94 | 14,40 | 69,5 | 484 |

| | | | | | | | |
|---------------------|--|--------------|--|-------------|--------------|-------------|------------|
| ВТОРНИК | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| № 338/2011 | Плоды свежие (яблоки) | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 88/2015 | Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 250/5 | | 1,95 | 6,0 | 9,12 | 99 |
| ТТК2018 | Пирог Зебра | 50 | | 3,78 | 14,4 | 22,32 | 234 |
| 648/2004 | Кисель из концентрата | 200 | | | | 13,1 | 53 |
| | Хлеб пшеничный (белый) | 30 | | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 71 |
| Итого: | | 55,00 | | 8,41 | 20,98 | 69,1 | 504 |

| | | | | | | | |
|---------------------|---|--------------|--|--------------|--------------|-------------|------------|
| СРЕДА | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 139/2004 | Суп картофельный с горохом, гречками, мясными фрикадел. | 250/10/11 | | 8,82 | 8,7 | 26,5 | 220 |
| ТТК2022 | Элеш с птицей | 100 | | 6,0 | 4,90 | 40,0 | 229 |
| ТТК 2021 | Напиток из замороженной чёрной смородины | 200 | | 0,14 | 0,0 | 11,15 | 46 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 20 | | 1 | 0,2 | 9,0 | 44 |
| Итого: | | 55,00 | | 15,96 | 13,77 | 86,7 | 539 |

| | | | | | | | |
|---------------------|--------------------------------------|--------------|--|-------------|--------------|-----------|------------|
| ЧЕТВЕРГ | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| № 338/2011 | Плоды свежие (яблоки) | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 96/2015 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/10 | | 2,56 | 6,9 | 17,26 | 142 |
| ТТК2019 | Кекс Волжский | 50 | | 3,2 | 10,4 | 29,8 | 221 |
| ТТК 2021 | Напиток из вишни | 200 | | 0,14 | 0,02 | 11,2 | 46 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 20 | | 1 | 0,2 | 9,0 | 44 |
| Итого: | | 55,00 | | 7,30 | 17,92 | 77 | 500 |

| | | | | | | | |
|---------------------|--|--------------|--|-------------|--------------|-------------|------------|
| ПЯТНИЦА | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| № 338/2011 | Плоды свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| 82/2015 | Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной | 250/10 | | 2,04 | 6,7 | 12,66 | 119 |
| ТТК2018 | Пирожное песочное нарезное | 50 | | 3,4 | 13,9 | 33,5 | 253 |
| ТТК 2021 | Напиток из шиповника | 200 | | 0,01 | | 10,18 | 41 |
| | Хлеб пшеничный (белый) | 30 | | 2,28 | 0,24 | 14,8 | 71 |
| Итого: | | 55,00 | | 8,21 | 21,32 | 82,9 | 540 |

| | | | | | | | |
|---------------------|--|--------------|--|--------------|--------------|-------------|------------|
| СУББОТА | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 338/2015 | Плоды свежие (яблоки) | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 101/2015 | Суп картофельный с рисом | 250 | | 2,12 | 2,9 | 17,4 | 105 |
| ТТК 2017 | Печенье сдобное Американер с кунжутом | 3шт/45 | | 4,02 | 14,01 | 26 | 220 |
| 389/2015 | Сок фруктовый разливной в ассортименте | 200 | | 1,35 | 0,27 | 12,15 | 59 |
| | Хлеб пшеничный (белый) | 35 | | 2,66 | 0,28 | 17,2 | 82 |
| Итого: | | 55,00 | | 10,55 | 17,86 | 82,7 | 513 |

