

# МЕНЮ

Приятного аппетита!

МБОУ «Гимназия №3»

Вахитовского района г. Казани

16 января 2023 г.

Ланч (1-4 классы)

## 2 неделя (ЯНВАРЬ)

№ Сб.ред. Наименование продуктов

### ПОНЕДЕЛЬНИК

#### Завтрак

| № Сб.ред.  | Наименование продуктов                             | Выход   | Стои-ть | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал |
|------------|----------------------------------------------------|---------|---------|-------|-------|--------|------|
| № 338/2015 | Плоды свежие (яблоки)                              | 100     | 0,4     | 0,4   | 9,8   | 47     |      |
| № 173/2015 | Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом     | 150/5   | 4,6     | 5,08  | 32,55 | 201    |      |
| ТТК 2021 г | Чай с сахаром, лимоном                             | 200/8/5 | 0,06    | 0,01  | 8,13  | 34     |      |
|            | Коктейль молочный "Топтыжка" 3,2% (в ассортименте) | 1/200   | 5,60    | 5,6   | 23,36 | 168    |      |
|            | Батон высший сорт                                  | 45      | 3,37    | 1,3   | 23,13 | 118    |      |
|            | Итого:                                             |         | 14,03   | 12,39 | 96,97 | 568    |      |

#### Обед (в том числе бесплатное питание)

|            |                                      |         |       |       |        |     |  |
|------------|--------------------------------------|---------|-------|-------|--------|-----|--|
| Сб.1983 г  | Суп гороховый с гречками             | 200/10  | 8,77  | 5,5   | 24,07  | 181 |  |
| № 15/2015  | Сыр порциями                         | 15      | 3,94  | 3,99  |        | 53  |  |
| ТТК2020 г  | Тефтели из говядины в соусе томатном | 70/40   | 5,50  | 6,83  | 8,46   | 117 |  |
| ТТК 2014 г | Каша гречневая рассыпчатая           | 150     | 6,62  | 5,39  | 41,87  | 242 |  |
| ТТК 2021 г | Чай с сахаром                        | 200/8   | 0,02  |       | 7,98   | 32  |  |
|            | Печенье весовое                      | 2 шт/30 | 1,07  | 1,14  | 8,23   | 48  |  |
|            | Хлеб ржано - пшеничный               | 15      | 0,75  | 0,15  | 6,75   | 33  |  |
|            | Хлеб пшеничный                       | 15      | 1,14  | 0,12  | 7,38   | 35  |  |
|            | Итого:                               |         | 27,81 | 23,12 | 104,74 | 741 |  |
|            | Итого бесплатный комплекс:           |         | 19,04 | 17,62 | 80,67  | 560 |  |

#### Полдник

|           |                                        |          |       |       |        |      |  |
|-----------|----------------------------------------|----------|-------|-------|--------|------|--|
| ТТК 2019г | Сосиски запечённые в тесте (кручённые) | 100      | 10,66 | 15,35 | 31,64  | 310  |  |
| ТТК       | Сок пакетированный (в ассортименте)    | 1 шт/200 | 1     | 0,2   | 20,2   | 92   |  |
|           | Итого:                                 |          | 11,66 | 15,55 | 51,84  | 402  |  |
|           | Всего:                                 | 200,00   | 53,50 | 51,06 | 253,55 | 1711 |  |



Директор  
Зав. производством

А.Ю. Морозов

Л.А Абдрахманова



AnyScanner