

МЕНЮ

Приятного аппетита!

МБОУ «Гимназия №3»

Вахитовского района г. Казани

12 января 2023 г.

Ланч (1-4 классы)

ЧЕТВЕРГ

Завтрак

ТТК 2019	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/15/10	6,65	12,25	18,07	210
№ 173/2015	Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5	7,91	6,46	39,67	257
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
	Коктейль молочный "Топтыжка" 3,2% (в ассортименте)	1/200	5,60	5,6	23,36	168
	Итого:		20,18	24,31	89,08	667

Обед (в том числе бесплатное питание)

№ 66/2015г	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	200/10	1,71	5,66	7,51	89
№ 338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
№ 52/2015г	Свекла отварная (дольками) с маслом	60	0,85	3,65	5,02	56
ТТК	Гуляш из птицы (грудки куриные)	50/50	8,05	9,27	3,13	128
ТТК 2014 г	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,62	5,39	41,87	242
№348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1,00	0,08	10,56	47
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35
	Итого:		20,77	24,77	94,27	688
	Итого бесплатный комплекс:		19,06	19,11	86,76	599

Полдник

ТТК 2019г	Коврижка Медовая	50	3,08	3,96	39,82	208
ТТК	Сок пакетированный (в ассортименте)	1 шт/200	1	0,2	20,2	92
	Итого:		4,08	4,16	60,02	300
	Всего:	200,00	45,03	53,24	243,37	1655



Директор
Зав. производством

А.Ю. Морозов

Д.А. Абдрахманова