

"Согласовано"

Директор общеобразовательного учреждения



Меню

С удовольствием

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора по организации питания

АО "Департамент продовольствия и социального питания г.Казани"

А.К.Арапова

Акционерное общество

"ДЕПАРТАМЕНТ ПРОДОВОЛЬСТВИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ г.КАЗАНИ" МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & chill)
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
с 11 по 16 декабря, с 25 по 30 декабря 2023 г

2 - я неделя ДЕКАБРЬ

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд

выход стоимостбелки жиры углев. ккал

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Флоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
№1/2015	Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016	Яйцо отварное с зеленым горошком, маслом растительным	48/10/5	6,5	11,30	1,10	132
ТТК 2023	Салат-бар	100	2,5	6,1	10,42	108
	капуста свежая	40				
	морковь свежая	40				
	фасоль консервированная	10				
	сухарики из пшеничного хлеба	5				
	масло растительное	5				
	сред.		1,77	6,07	11,91	111

1- ЫЕ БЛЮДА

97/2015	Суп картофельный	250	2,52	3,0	19,8	117
ТТК2023	Бульон куриный с птицей,гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023	Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019	Рыба (филе) по-Московски	80/20	20,2	14,5	1,9	220
ТТК 2021	Голень куриная в сливочном маринаде	90	22,7	30,4	1,80	371
	сред.		18,43	19,47	3,83	253
ТТК2016	Лазанья с мясом	200	21,7	28,0	36,8	433
ТТК2018	Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15	11	8	64,1	373
	сред.		16,35	18,00	50,45	433

ГАРНИРЫ

303/2015	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
202/2015	Макаронные изделия отварные (м/раст.)	180	6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,87	4,76	26,14	167

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
ТТК 2021	Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,10	0,01	9,64	40

Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с

	20/15	2,14	0,32	16,38	79
Итого с					
самост.бл	79,00	20,35	24,40	88,38	663
Итого-	79,00	27,30	30,63	67,90	660

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

Меню

№СБ. ра 2 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батонном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2016 Салат с фасолью (фасоль к/с, морковь отвар., огурцы солён., м/рас)	80		2,44	6,7	6,8	98
ТТК 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,5	99
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
зелёный горошек консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
сред.			2,76	4,55	10,13	94

1-ые БЛЮДА

ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречкой, зеленью (сушён.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020 Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
ТТК2021 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
сред.			14,36	13,51	5,01	199
ТТК2022 Курица по-французски	200		18,9	32,1	18,8	441
ТТК2023 Жаркое из птицы	50/150		16,2	15,8	22	296
сред.			18,90	32,10	18,80	441

ГАРНИРЫ

304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
сред.			5,21	6,68	36,45	228

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
сред.			0,06	0,02	9,80	40

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
---	-------	--	------	------	-------	----

Итого с самост.бл юдом-	79,00	23,61	36,92	52,86	643
Итого-	79,00	24,28	25,01	75,51	629

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen



Меню

№Сб. ра 3-ий день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2021 Салат Прага (филе курин., морковь, огурцы солён., яйцо, масло раст.)	70	4,4	8,30	1,3	38
ТТК 2023 Салат-бар	100	2,2	6,2	10,9	109
капуста свежая	40				
свекла отварная	40				
кукуруза консервированная	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
сред.		2,35	6,65	9,38	108

1-ые БЛЮДА

ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гречками	250/10	7	6,3	26,4	191

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8	216
ТТК 2021 Гуляш из птицы	50/50	14,6	15,3	3,20	209
ТТК 2020 Рыба запеченная	75	17,30	9,90	3,3	171
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
сред.		14,03	15,00	3,83	206
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом сливочн.	160/5	19	20,9	34,1	401
сред.		19,00	20,90	34,10	401

ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150	3,51	8,25	28,42	202
309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180	6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,6	3,3	8,9	80
сред.		4,53	5,63	26,71	175,7

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
648/2004 Напиток яблочный	200			13,1	53
сред.		0,03	0,00	10,62	44

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

15/15 1,89 0,25 14,13 68

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Итого с
самост.бл
юдом-
Итого

79,00	23,27	27,80	68,22	621
79,00	22,82	27,53	64,65	601

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

Меню

№СБ. рел 4-день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
№1/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2021	Салат "Столичный " с маслом растительным	80	4,97	12,09	5,063	149
ТТК 2023	Салат-бар	100	2,5	6,1	9,7	106
	капуста квашеная	40				
	морковь свежая	40				
	фасоль консервированная	10				
	сухарики из пшеничного хлеба	5				
	масло растительное	5				
	сред.		3.52	5.87	9.99	108

1-ые БЛЮДА

ТТК 2023	Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	2,56	6,9	17,26	134

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023	Котлеты мясо-картофельные	90	12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2021	Рыба запеченная с овощами	90/30	19	11,9	3,1	196
ТТК 2021	Шашлык куриный (на шампуре)	80	15,2	15,3	1,07	201
сред.		15,50	12,76	4,16	192	

ТТК 2021	Плов с говядиной	40/120	11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2018	Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15	11	8	64,1	373
сред.		11,05	10,65	49,30	339	

ГАРНИРЫ

304/2015	Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254
ТТК 2016	Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178
сред.		4,89	7,27	37,10	234	

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2021	Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46
сред.		0,07	0,01	9,58	39	

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

20/15 2,14 0,32 16,38 79

Итого с самост.бл	79,00	16,78	16,85	85,25	565
Итого-	79,00	26,12	26,23	77,20	652

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

Меню

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75		5,52	11,25	8,36	158
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,21	6,1	9,6	103
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ТТК 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
	сред.		3,61	7,46	10,82	126
1-ые БЛЮДА						
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром	75/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2022 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90		24	21,6	0,8	294
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
	сред.		15,87	14,03	5,08	209
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/20		27,3	8,5	37	338
	сред.		18,80	9,70	29,30	282
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2021 Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
	сред.		4,77	5,22	30,50	189
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,05	13,4	58
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,28	0,03	11,80	50
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79

Итого с самост.бл юдом-	79,00	24,83	17,51	68,30	537
Итого-	79,00	26,66	27,06	74,58	653

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen





Меню

Ланч декабрь 2 неделя



№Сб. р. 6 день

СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

338/2015 Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
тпк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом сливочн.	150/5	17,9	22,9	32,2	407
389/2015 Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,3	11,25	55
Итого-	79,00	20,86	23,82	65,4	568

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

