

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

МЕНЮ

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора по организации питания

АО "Департамент продовольствия и социального питания г.Казани"

А.К.Агапова

Акционерное общество

"ДЕПАРТАМЕНТ ПРОДОВОЛЬСТВИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ г.КАЗАНИ"

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани

с 4 по 9 марта, с 18 по 23 марта 2024 г

1 - я неделя МАРТ

№Сб.рей 1 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углеводов ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)

90 0,4 0,4 8,8 42

№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)

30/15 6,2 4,9 15,4 131

ТТК-2023 Салат-бар

50 2,1 5,7 4,76 79

капуста цветная отварная

40

соль

0,1

фасоль красная консервиров.

25

масло растительное

5

сред. 2,90 3,67 9,65 84

1-ЫЕ БЛЮДА

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные

90 13,8 14,7 8 216

ТТК 2013 Гуляш из филе индейки

45/45 9,00 11,30 1,9 146

ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)

100 26,7 24,5 1 332

сред. 15,80 16,94 2,72 226,4

ТТК 2021 Плов с говядиной

40/160 11,1 13,3 34,5 305

сред. 11,10 13,30 34,50 305

ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая

180 4,2 5,6 26,41 173

309/2015 Макароны изделия отварные (м/растит.)

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

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 39,0

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

20/20 2,52 0,36 18,84 91

Итого с
самост.блю дом.

Итого- 79,00 23,26 22,07 57,27 523

ДИРЕКТОР:

МАНСУРОВ Р.М.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

САЛАХУТДИНОВА Д.Н.

МЕНЮ

№Сб. рел 2 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с)	30/15	6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	80	2,7	6,6	6,9	98
свекла отварная	45				
кукуруза консервирован.	25				
сыр	5				
масло растительное	5				
1-ые БЛЮДА	сред.	3,10	3,97	10,37	90

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2019 Голень запечённая	80	18,20	18,40	0,50	241
260/2015 Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром, соусом Переменка	80/8/8	19,8	14,2	3,2	221
	сред.	15,32	14,73	3,88	210
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5	22,7	17,8	49,1	448
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160	11,2	12,4	28,8	273
	сред.	16,95	15,10	38,95	361

ГАРНИРЫ

304/2015 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,8	5,4	43,1	248
139/2015 Капуста тушёная	180	4,32	7,4	18,24	160
	сред.	5,24	6,45	36,45	226

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
ТТК 2023 Напиток из вишни	200	0,12	0,0	11,6	48
	сред.	0,09	0,02	9,87	41,00
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68

Итого с самост.блю дом-	79,00	22,03	19,33	73,31	560
Итого-	79,00	25,63	25,41	74,69	635



ДИРЕКТОР:

МАНСУРОВ Р.М.

ЗАВ.ПРОИЗВДСТВОМ:

САЛАХУТДИНОВА Д.Н.

МЕНЮ

№Сб. рег: 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42	
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15	6,2	4,9	15,4	131	
ТТК 2023 Салат-бар	60	6,8	10,8	1,3	130	
яйцо варёное вкрутую	1/40					
зелёный горошек консервиров.	15					
масло растительное	5					
1-ые БЛЮДА	сред.	4,47	5,37	8,50	101,	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Гуляш из птицы	45/45	13,2	13,8	3,00	189	
ТТК 2020 Рыба запеченая	75	17,30	9,90	3,3	171	
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226	
	сред.	13,09	13,43	4,18	190	
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом	200	14,5	18,2	27,65	331	
	сред.	14,47	18,24	27,65	331	
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
309/2015 Макароны изделия отварные (м/растит.)	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	200/8			8	32	
648/2004 Напиток яблочный	200			13,1	53	
	сред.	0,00	0,00	10,55	43	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68	
Итого с						
самост.блю	79,00	20,83	23,85	60,83	542	
дом-						
Итого-	79,00	24,31	23,80	63,49	568	



ДИРЕКТОР:

МАНСУРОВ Р.М.

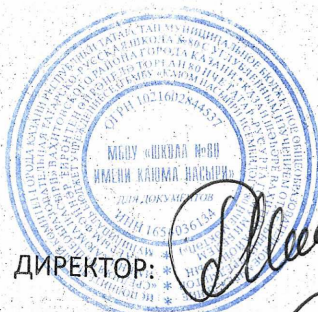
ЗАВ.ПРОИЗВДСТВОМ:

САЛАХУТДИНОВА Д.Н.

МЕНЮ

№Сб. рет 4 день

Наименование блюд		выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
532/2013	Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42	
ТТК 2023	Салат-бар	55	2,2	5,8	4,75	74	
	капуста брокколи отварная	25					
	фасоль красная консервиров.	25					
	соль	0,12					
	масло растительное	5					
ТТК 2022	Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15	6,2	4,90	15,4	131	
		сред.	2,93	3,70	9,65	82	
1-ые БЛЮДА							
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2021	Рыба запечённая с овощами	90/30	19	11,9	3,1	196	
ТТК 2019	Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332	
		сред.	19,37	16,63	3,97	242	
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5	22,7	17,8	49,1	448	
ТТК 2021	Плов с птицей	40/160	15,5	19,3	46	426	
		сред.	19,10	18,55	47,55	437	
ГАРНИРЫ							
304/2015	Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
309/2015	Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
ТТК 2016	Картофель запечённый (с паприкой)	150	3,51	8,25	28,42	202	
		сред.	4,97	6,72	39,84	240	
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41	
		сред.	0,01	0,00	9,10	37	
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
Итого с							
самост.блю			79,00	24,56	22,61	85,14	647
дом-							
Итого-			79,00	29,79	27,41	81,40	692



ДИРЕКТОР:

МАНСУРОВ Р.М.

ЗАВ.ПРОИЗВДСТВОМ:

САЛАХУТДИНОВА Д.Н.

МЕНЮ

№Сб. рел 5 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15	6,2	4,9	15,4	137
ТТК 2023 Салат-бар	75	2,7	6,6	6,9	98
свекла отварная	45				
кукуруза консервирован.	25				
масло растительное	5				
1-ые БЛЮДА	сред.	3,10	3,97	10,37	90

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5	17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2021 Шашлык куриный (на шампуре)	80	13,7	14,0	1,00	184
ТТК 2020 Ёжики рыбные с рисом и овощами	60/30	9,57	10,4	9,23	169
260/2015 Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,90	2,60	208
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
	сред.	12,86	13,69	4,07	190
	сред.	0,00	0,00	0,00	0

ГАРНИРЫ

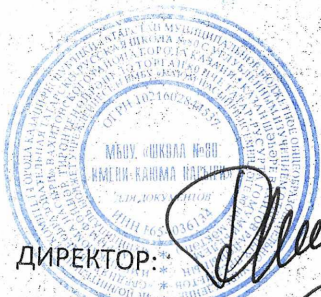
303/2015 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180	6,8	5,4	43,1	248
312/2015 Пюре картофельное	150	4	5,6	26,4	175
	сред.	5,00	5,52	31,97	199

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2023 Напиток из урюка	200	0,8	0,1	18,5	79
	сред.	0,40	0,03	13,25	56

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

Итого с самост.блюдо		0,00	0,00	0,00	0,00
Итого-	79,00	23,25	23,46	73,79	603



ДИРЕКТОР:

МАНСУРОВ Р.М.

ЗАВ.ПРОИЗВДСТВОМ:

САЛАХУТДИНОВА Д.Н.

МЕНЮ

Заготовочные МАРТ 1 неделя

№Сб. rei 6 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)

90 0,4 0,4 8,8 42

ТТК 2023 Салат-бар

100 0,8 5,1 1,6 57

огурцы солёные

95

масло растительное

5

сред.

0,60 2,75 5,20 50

1-ые БЛЮДА

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.

200/5 22,7 17,8 49,1 448

ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)

100 26,7 24,5 1 332

сред. 26,70 24,50 1,00 332

ГАРНИРЫ

304/2015 Рис отварной

180 4,6 6,5 48 269

309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)

180 6,8 5,4 43,1 248

сред. 5,70 5,95 45,55 259

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном

200/8/5 0,05 8,13 34

ТТК 2021 Напиток из шиповника

200 0,01 10,2 41

сред. 0,03 0,00 9,17 38

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

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

Итого с
самост.блю

25,47 20,87 79,85 614

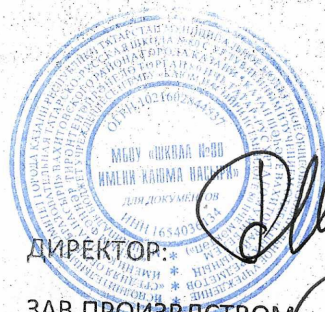
дом-

Итого- 79,00 35,17 33,52 77,30 757

Начальник отдела по организации питания

Зав. производством

Калькулятор



ДИРЕКТОР:

МАНСУРОВ Р.М.

ЗАВ.ПРОИЗВДСТВОМ:

САЛАХУТДИНОВА Д.Н.