

Меню

20.03.2023

1 неделя (МАРТ)

1 день

Наименование блюд

выход	стоимос ть	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукур) сыр, яйцо, сухарики, масло растительное)	60	4,42	9,00	6,70	126,00
Салат из квашенной капусты (без лука)	80	1,31	4,07	6,18	67,00
Суп картофельный с горохом, с куриными грудками с зеленью	200/10/2	8,30	7,60	19,38	180,00
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Котлеты рубленые из говядины	100	14,4	17,08	13,05	257,00
Голень куриная запеченная	100	24,70	25,40	2,70	340,00
Горбуша (филе) запеченная с сыром	70/5	21,44	13,08	3,00	215,00
Сосиски отварные	100	10,60	10,40	7,28	164,00
ГАРНИРЫ					
Рис отварной	180	4,6	6,52	48,01	269,00
Макаронные изделия (гр.А) отварные	180	6,77	5,36	43,13	248,00
НАПИТКИ					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			8	32,00
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46,00
Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	23/15	2,14	0,32	16,38	79,00
Итого-	73,00	26,96	26,91	80,0	672,41

Директор
Калькулятор
Зав. производством

С.В. Гуртеев

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



2 день

Наименование блюда

21.03.2023 Меню

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56,40
Салат Прага (грудки куриные, морковь, огурцы свежие, яйцо, соевый соус)	60		4,45	7,18	8,44	115,00
Борщ с капустой и картофелем, куриными грудками со сметаной, зеленью	200/10/5/1		4,30	8,05	12,54	139,00

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Биточки из говядины паровые	80		15,44	15,36	9,5	238,00
Гуляш из говядины	45/45		13,70	15,90	2,56	208,00
Грудка куриная (филе) запеченная с сыром, томатом	70/5		21,00	23,40	0,28	298,00

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180		7,95	6,47	50,25	291,00
Картофель запеченный	180		3,71	10,81	34,1	247,00

НАПИТКИ

Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,144	0,016	24,432	101,00
Чай пакетированный с сахаром	200/8		0,045	0,005	8,14	34,00
Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	22/15		2,14	0,32	16,38	79,00
Итого-	73,00		17,8	22,0	78,2	917,61

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen





22.03.2023

Меню



3-ий день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Фрукты свежие (яблоки)

выход

стоимость

белки

жиры

углев.

ККАЛ

120

0,48

0,48

11,76

56,40

Суп картофельный с вермишелью
с куриными грудками, зеленью

200/10/1

5,28

5,11

20,90

131,00

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты "Аппетитные" мясо куриные

90

16,62

19,26

3,55

250,00

Гуляш из куриных грудок

50/50

12,30

16,13

3,17

207,00

Сырники "Классические" (п/ф) со спущенным молоком
Грудка куриная (филе) по-французски

3шт/105/35

29,11

8,98

36,38

348,00

160

21,1

32,5

16,9

445,00

ГАРНИРЫ

Макаронные изделия (гр.А) отварные
Овощная смесь отварная

180

6,77

5,36

43,13

248,00

100

3,36

9,17

20,17

178,00

НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром, лимоном

200/8/7

8

32,00

Напиток яблочный

200

0,10

0,1

26,40

108,00

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный

25/20

2,27

0,31

16,59

80,00

Итого-

73,00

25,11

29,43

83,3

702,58

Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen

Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

23.03.2023 Меню

4 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56,40
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукур)	60		4,42	9,00	6,70	126,00
Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/10		6,69	11,27	1,40	134,00

Щи из свеж. капусты с картофелем, с куриными грудками сметаной, зеленью	200/10/5/1		4,34	8,00	9,12	127,00
---	------------	--	------	------	------	--------

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты рубленые из говядины	80		16,00	18,98	14,5	285,00
Чахохбили из филе куриных грудок	50/50		11,97	16,48	5,15	217,00
Горбуша (филе) запеченная с сыром	70/5		16,30	9,91	2,3	164,00
Птица запеченная (цыплята),	90		23,77	26,10	0,07	331,00

ГАРНИРЫ

Пюре картофельное	180		3,93	5,58	26,43	175,00
Рис отварной	180		4,6	6,52	48,02	269,00

НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром	200/8		0,01	0,01	7,984	32,00
Напиток лимонный	200		0,13	0,02	11,15	46,00
Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	20/20		2,27	0,31	16,59	80,00

Итого- 73,00 27,8 34,0 101,4 830,93

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88



5 день

Наименование блюд

24.03.2023 Меню

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Наименование блюд	Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Флоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56,40
Салат из квашенной капусты (без лука)	80	1,29	10,17	7,93	129,00	
Винегрет овощной (без лука)	100	1,25	10,08	3,30	109,00	

Рассольник ленинградский с куриными грудками, со сметаной 250/15/10/2 зеленью

7,23 10,26 17,15 190,00

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Биточки из говядины паровые	100	15,27	15,36	9,24	236,00
Говядина тушеная	45/45	11,11	12,81	1,76	167,00
Нагетсы куриные (п/ф)	6шт/ 96	20,41	24,15	4,26	313,00
Котлеты рубленые из птицы (грудки куриные)	100	17,77	24,30	14,65	340,00
Плов из птицы	50/200	20,75	28,42	54,81	559,00
Кыстыбый с картофелем (лаваш) с маслом сливочным	170/10	6,53	15,60	42,20	339,00
	сред.	13,64	22,01	48,51	449,00

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180	7,95	6,47	50,24	2914,00
Капуста тушеная	180	4,24	7,43	18,03	159,00
Рис отварной	180	4,6	6,52	48,02	269,00

НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7	0,04	0,01	8,13	34,00
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,1	0,1	26,4	108,00

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный

25/25 2,52 0,4 18,80 91,00

Итого- 73,00 29,73 35,19 91,64 1460,50

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

