

Меню

Дата
Понедельник

Наименование продуктов	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	181
Чай с сахаром, лимоном	200/8		0,06	0,01	8,13	34
Вафли весовые	1шт/21		0,78	6,12	12,5	108
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого	35	13,72	16,91	72,05	506	

Комплекс 55,00

Плоды свежие яблоки	90		0,4	0,4	9,8	47
Сосиски отварные	1шт/50		5,2	10,1	0,4	113
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5		3,5	8,3	22,01	177
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,5	0,3	13,5	66
Итого	55	10,74	19,12	56,9	411	

Горячее бесплатное питание младшие

Ежики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		9,56	10,42	9,23	169
Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	207
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Овощи натуральные свежие огурцы	15		0,82	5,80	13,12	114
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80	18,44	18,29	78,72	608	

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки	90		0,40	0,40	9,8	47
Салат-бар (огурцы свеж.,зел.горошек конс., масло раст)	60		2,10	5,70	4,76	79
Бутерброд с сыром (батон)	30/15		6,20	4,90	15,40	131

Вторые блюда

Рыба (филе) по-Московски	60/20		20,2	14,5	1,9	220
Лазанья с мясом	190		21,70	28,00	36,80	493
Ежики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,40	9,23	169

Гарниры

Макаронные изделия отварные (м/раст)	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь (европейская отварная)	100		3,60	3,30	8,90	80

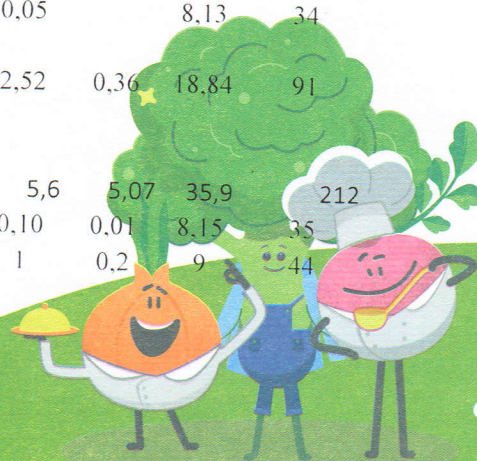
Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	79	9,2				

Комплекс 9,20 руб.

Макаронные изделия отварные (с мас.раст)	150		5,6	5,07	35,9	212
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,10	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15		1	0,2	9	44

Итого: 9,2



Директор
8(800)234-33-88
Калькулятор
pceidovlen.ru

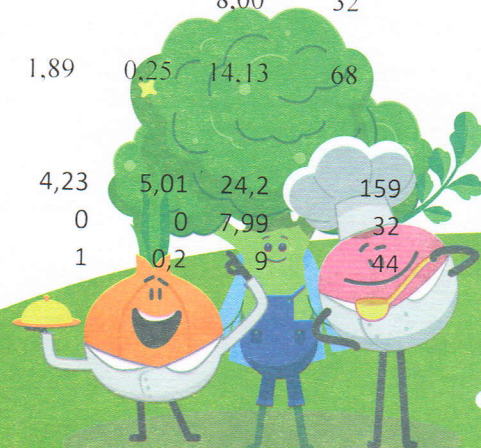


Меню

Дата
Вторник

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Плоды свежие яблоки	60		0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изд.отварные с сыром, маслом	150/5		7,9	7,01	38,2	239
Чай с сахаром	200/8		0,11	0,03	10,41	43
Батон	25		2,25	0,87	15,42	79
Итого	35	11,7	9,49	65,47	363	
Комплекс 55 руб						
Котлеты Школьные	90		11,46	9,9	9,6	172
Спагетти отварные масло раст.	180		6,7	6,1	43,1	254
Напиток из шиповника	200		0,08	0,08	11,9	49
Хлеб ржано-пшеничный	15		1,25	0,25	11,3	55
Итого	55	19,49	16,33	75,85	530	
Горячее бесплатное питание младшие						
Плоды свежие яблоки	60		0,4	0,4	9,8	47
Жаркое из птицы	40/160		11,39	14,90	29,09	296
Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,46	79
Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80	15,11	15,72	76,19	503	
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	90		0,48	0,48	11,80	56
Салат-бар (помидоры свеж., кукуруза конс., масло раст)	60		0,75	5,10	1,70	55
Горячий бутерброд с сыром (батон) вс	30/15		6,20	4,90	15,40	131
Вторые блюда						
Жаркое из птицы	40/160		11,39	16,75	29,09	313
Рыба филе запеченная с сыром, соусом	60/5/5		19,80	14,20	3,20	221
Переменка	45/45		13,70	15,90	2,60	208
Гуляш из говядины						
Гарниры						
Спагетти отварные масло раст.	180		6,8	5,4	43,1	248
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8,00	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого:	79	1,89	0,25	14,13	68	
Комплекс 9,20 руб						
Каша пшениная вязкая	130		4,23	5,01	24,2	159
Чай с сахаром	200/8		0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	17		1	0,2	9	44
Итого:	9,2	5,23	5,21	31,19	235	

Директор
8(800)234-33-88
Калькулятор
rozalidovolen.ru
Зав. столовой



Меню

Дата
Среда

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Блинчики со сгущенным молоком	1шт/45/10		3,19	2,52	19,5	114
Напиток из урюка	200		0,13	0,02	11,15	46
Батон	25		2,25	0,87	15,42	79
Итого	35		10,17	8,49	78,62	440
Комплекс 55 руб						
Птица запеченная цыплята	90		9,57	10,4	9,23	169
Картофель запеченный	100		3,5	8,2	28,4	202
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
Итого	55		14,34	18,88	56,78	458
Горячее бесплатное питание младшие						
Овощи гатуральные свежие помидоры	15		0,85	3,65	5,01	56
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		12,50	11,80	7,20	185
Каша гречневая вязкая	150		3,50	4,64	22,02	144
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,10	0,10	12,40	52
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80		19,47	20,49	63,78	520
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	90		0,40	0,40	9,80	47
Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,20	4,90	15,40	131
Вторые блюда						
Птица в томатном соусе	50/50		10	12,56	2,1	162
Шашлык куриный на шампуре	80		13,70	14,00	1,00	184
Гарниры						
Картофель запеченный с паприкой	150		3,51	8,25	28,4	202
Макаронные изд.отварные м/раст	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
Напитки						
Чай черный пакетир.с сахаром	200/8		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		2,14	0,32	16,38	79

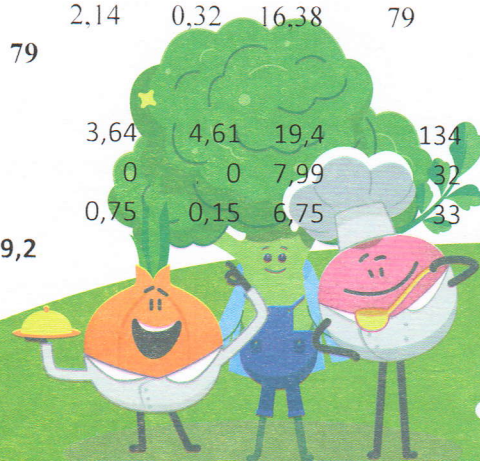
Комплекс 9,20 руб.

Каша полбяная вязкая	130	3,64	4,61	19,4	134
Чай с сахаром	200/8	0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	16	0,75	0,15	6,75	33
Итого:	9,2				

Директор

Калькулятор
8(800)234-33-88

Зав. столовой
poelidovolen.ru



Меню

Дата
Четверг

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Десерт фруктовый яблоки	60		0,32	0,32	7,84	38
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,9	5,61	30,78	204
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,06	0,01	8,13	34
Вафли весовые	1шт/21		0,78	6,12	12,5	108
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого	35	15,2	17,36	89,4	582	

Комплекс 55 руб

Гуляш из птицы	40/40		11,73	12,3	2,67	168
Макаронные изд.отварные масло слив.	150		2,6	7,1	15,7	139
Напиток из вишни	200		0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	79
Итого	55	16,13	19,63	45,87	430	

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие яблоки	60		0,4	0,4	9,8	47
Плов с говядиной	40/160		12,22	15,61	46,03	373
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80	15,16	16,37	82,66	543	

Обед

Холодные закуски

Горячий бутерброд с сыром (с батоном) в/с	30/15		6,20	4,90	15,40	131
Салат-бар (помидоры свеж., фасоль конс., масло раст)	60		1,34	5,10	3,80	67
Плоды свежие яблоки	90		0,48	0,48	11,80	56

Вторые блюда

Рыба запеченная	60		19	11,9	3,1	196
Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	305
Гуляш из птицы	45/45		26,70	24,50	1,00	332

Гарниры

Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные м/раст	180		6,72	6,1	43,1	254

Напитки

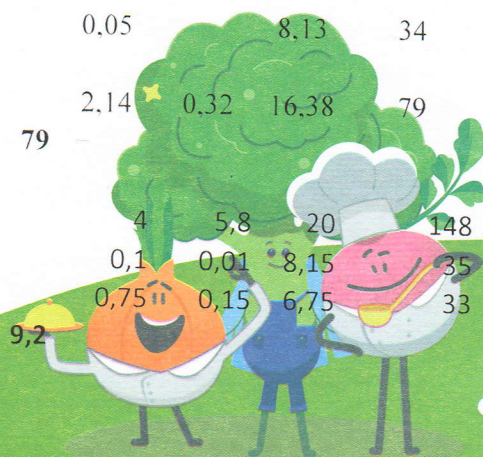
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		2,14	0,32	16,38	79

Комплекс 9,20 руб.

Каша гречневая вязкая	130		4	5,8	20	148
Чай с сахаром	200/8		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33

Итого:

9,2



8(800)234-33-88

Калькулятор
poelidovolen.ru
Зав. столовой



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Дата
Пятница

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	15		6,19	4,86	15,42	131
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с мас	150/5		6,34	6,79	28,52	208
Кисель из концентрата	200		0,8	0,06	18,46	79
Печенье весовое	3шт/45		0,82	6,43	13,12	114
Батон	20		1,5	0,58	10,28	52
Итого	35	14,15	18,14	75,52	532	

Комплекс 55 руб

Гуляш из говядины	35/35		21,36	19,2	0,7	261
Каша гречневая вязкая	130		3,07	4,3	32	180
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		1	0,2	9	44
Итого	55	25,45	23,7	49,61	517	

Горячее бесплатное питание младшие

Овощи натуральные свежие огурцы	20		0,14	0,02	0,38	2
Биточки рыбные из фарша минтая	90		12,25	5,57	5,92	123
Пюре картофельное	150		3,06	4,35	20,56	136
Напиток из урюка	200		2,86	2,06	20,34	111
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	66,80	19,73	15,92	70,88	513	

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки	90		0,48	0,48	11,80	56
Бутерброд с сыром, батон	30/15		6,20	4,90	15,40	131

Вторые блюда

Рыба филе запеченная с сыром	60/5		17,6	10,9	3,6	183
Сосиски отварные	2шт/100		17,1	17,2	1,2	226
Птица запеченная (цыплята)	100		10,40	20,10	0,80	226

Гарниры

Макаронные изд.отварные масло/раст	180		6,8	5,4	43,1	248
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном

200/8/5	0,55	0,05	13,40	58
---------	------	------	-------	----

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

20/15	2,52	0,36	18,84	91
-------	------	------	-------	----

79

Комплекс 9,20руб.

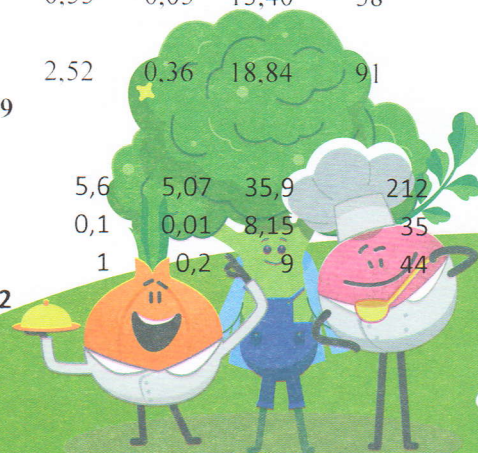
Спагетти отварные с маслом раст	130		5,6	5,07	35,9	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	22		1	0,2	9	44

Итого:

9,2

8(800)234-33-88

Калькулятор
poelidovolen.ru
Зав. Столовой



Меню

Дата
Суббота

Наименование продуктов	Выход	Стои-т	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Обед						
Плоды свежие яблоки	90		0,48	0,48	11,80	56
Пельмени Для умников и умниц отварные с маслом слив	180/5		19,00	16,30	33,50	357
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,00	0,20	9,00	44
Итого		79				
Комплексе 9,20 руб.						
Пюре из бобовых с маслом	140/2		3,27	4,33	20,56	134
Чай с сахаром	200/8		0,00	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	22		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		9,2				

Директор
Калькулятор
Зав. столовой



☎ 8(800)234-33-88
🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»