"Согласовано"
Директор Общеобразовательного учреждения

"Утверждаю"
Заместитель генерального директора по организации питания
АО "Департамент продовольствия и социального питания г.Казани"
А.К.Агапова

Меню

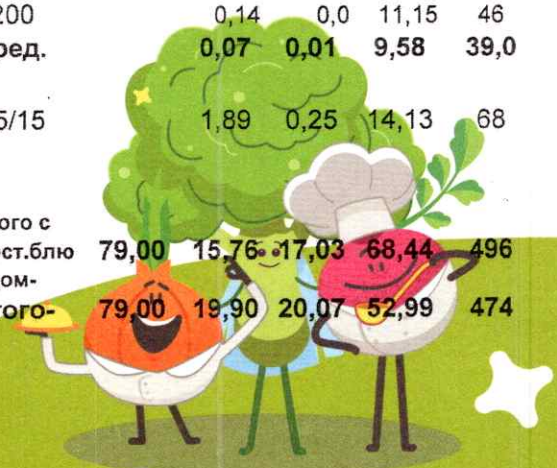
Акционерное общество
"ДЕПАРТАМЕНТ ПРОДОВОЛЬСТВИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ г.КАЗАНИ "
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
с 8 по 13 января , с 22 по 27 января 2024 г

1 - я неделя ЯНВАРЬ

№Сб.рец **1 день**

	Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023	**Салат-бар**	100		1,5	5,1	5,5	75
	капуста свежая	50					
	морковь свежая	45					
	масло растительное	5					
		сред.		**2,70**	**3,47**	**10,23**	**84**
	1- ЫЕ БЛЮДА						
97/2015	Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023	Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2019	Рыба (филе) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,9	212
ТТК 2013	Гуляш из индейки	45/45		9,00	11,30	1,9	146
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
		сред.		**13,08**	**15,05**	**3,15**	**200**
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	Макаронные изделия отварные (м/слив.)	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 чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
		сред.		**0,07**	**0,01**	**9,58**	**39,0**
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с самост.блю	**79,00**		**15,76**	**17,03**	**68,44**	**496**
	дом-						
	Итого-	**79,00**		**19,90**	**20,07**	**52,99**	**474**

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88
@depta.kzn

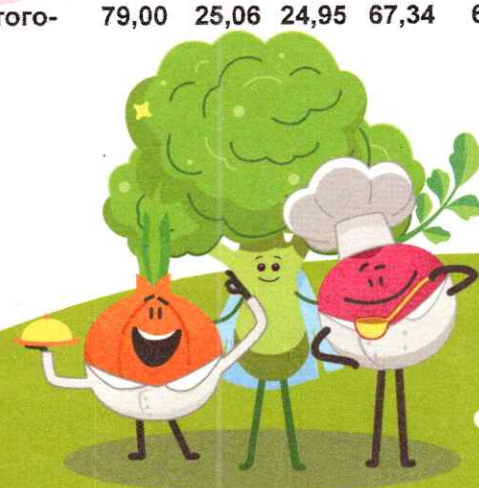
№Сб. рец **2 день**

Меню

	Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023	**Салат-бар**	100		1,5	5,1	4,6	72
	капуста квашеная	50					
	морковь свежая	45					
	масло растительное	5					
		сред.		**0,63**	**1,83**	**4,80**	**39,7**
	1- ые БЛЮДА						
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
	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) запеченая с сыром,соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
		сред.		**17,23**	**16,17**	**2,10**	**223**
ТТК 2020	Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,73	398
ТТК2023	Жаркое по- домашнему (с говядиной)	40/160		11,2	12,4	28,8	273
		сред.		**16,30**	**15,15**	**33,27**	**336**
	ГАРНИРЫ						
304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015	Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
139/2015	Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
		сред.		**5,21**	**6,68**	**36,45**	**228**
	НАПИТКИ						
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК2023	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.блюдом-	**79,00**	**18,91**	**17,25**	**62,06**	**484**
		Итого-	**79,00**	**25,06**	**24,95**	**67,34**	**600**

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88
@depta.kzn



Меню

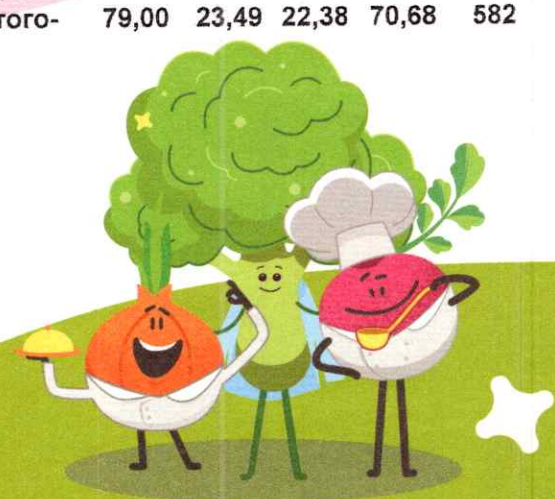
№Сб. рец **3-ий день**

	Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023	**Салат-бар**	100		1,3	5,1	7,4	81
	морковь свежая	50					
	свекла отварная	45					
	масло растительное	5					
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
		сред.		**2,63**	**3,47**	**10,87**	**86,3**
	1- ые БЛЮДА						
96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021	Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2021	Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,3	3,20	209
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.		**13,44**	**13,80**	**4,23**	**195**
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	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
648/2004	Напиток яблочный	200				13,1	53
		сред.		**0,03**	**0,00**	**10,62**	**44**
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
		Итого с самост.блюдом-	**79,00**	**19,65**	**22,06**	**67,97**	**551**
		Итого-	**79,00**	**23,49**	**22,38**	**70,68**	**582**

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



АО «Деаптамент продовольствия и социального питания г. Казани»

№Сб. рец **4 день**

Меню

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	у
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)					
338/2015 Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	
ТТК 2023 **Салат-бар**					
капуста квашеная	100		1,5	5,1	
морковь свежая	50				
масло растительное	45				
	5				
1- ые БЛЮДА					
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	**сред.**		**0,63**	**1,83**	**4,8**
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами	250/10		7	6,3	26,4
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90/30				
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90	19	11,9	3,1	
	100	12,4	13,5	7,8	
ТТК 2020 Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с маслом слив.	**сред.**	26,7	24,5	1	
ТТК 2021 Плов с птицей		**19,37**	**16,63**	**3,97**	
	180/5				
ГАРНИРЫ	50/150	21,4	17,9	37,73	3
304/2015 Рис отварной		18,9	22,1	40	4
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	**сред.**	**20,15**	**20,00**	**38,87**	**42**
312/2015 Пюре картофельное	180				
	180	4,6	6,5	48	269
НАПИТКИ	150	6,72	6,1	43,1	254
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	**сред.**	3,3	4,7	22	146
ТТК 2023 Напиток из урюка		**4,87**	**5,77**	**37,70**	**223**
	200/8/5				
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	200	0,05			
	сред.	0,8	0,1	8,13	34
		0,43	**0,03**	18,5	79
	20/20			**13,32**	**57**
		2,52	0,36	18,84	91
Итого с самост.блюдом-		**79,00**	**23,73**	**22,22**	**75,82**	**607**
Итого-		**79,00**	**27,82**	**24,62**	**78,62**	**653**

Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

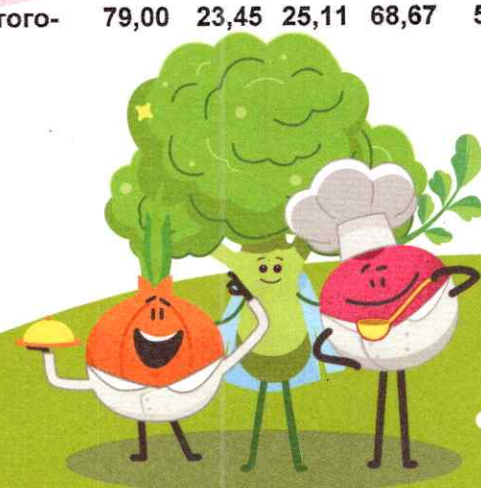
АО «Деаптамент продовольствия и социального питания г. Казани»

5

Меню

№Сб. рец **5 день**

	Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	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 2023	**Салат-бар**	100		1,5	5,1	5,5	75
	капуста свежая	50					
	морковь свежая	45					
	масло растительное	5					
		сред.		**2,70**	**3,47**	**10,23**	**84**
	1- ые БЛЮДА						
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) запечённая с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2021	Шашлык куриный (с переменкой,на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
ТТК 2023	Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
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.		**13,82**	**14,60**	**3,05**	**198**
		сред.		**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0**
	ГАРНИРЫ						
303/2015	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015	Макаронные изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
541/2004	Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
		сред.		**4,79**	**6,72**	**29,90**	**200**
	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	20/15		2,14	0,32	16,38	79
		Итого с самост.блюдом-					
		Итого-	**79,00**	**23,45**	**25,11**	**68,67**	**597**



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Деаптамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Заготовочные ЯНВАРЬ 1 неделя

№Сб. рец **6 день**

	Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023	**Салат-бар**	100		0,8	5,1	1,6	57
	огурцы солёные	95					
	масло растительное	5					
		сред.		**0,60**	**2,75**	**5,70**	**52**
	1- ЫЕ БЛЮДА						
101/2015	Суп картофельный с рисом	250		2,12	2,9	17,4	105
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020	Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,73	398
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 растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
		сред.		**5,66**	**6,30**	**45,55**	**262**
	НАПИТКИ						
ТТК 2021	Чай черный 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	20/20		2,52	0,36	18,84	91
		Итого с самост.блю дом-	**79,00**				
		Итого-	**79,00**	**35,51**	**33,91**	**81,71**	**780**

Начальник отдела по организации питания
Зав.производством
Калькулятор

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn