"Согласовано"
Директор Общеобразовательного учреждения

О.А. Терентьева

Меню

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

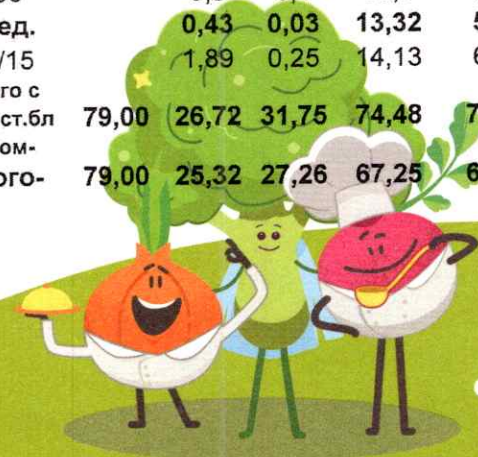
17

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 15 по 20 января , с 29 января по 3 февраля 2024 г

2 - 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 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2019	Рыба (филе) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,9	212
ТТК 2021	Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
		сред.		**15,44**	**18,76**	**3,43**	**245**
ТТК2016	Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
		сред.		**21,70**	**28,00**	**36,80**	**493**
	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 2023	Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
		сред.		**0,43**	**0,03**	**13,32**	**57**
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
		Итого с самост.блюдом-	**79,00**	**26,72**	**31,75**	**74,48**	**702**
		Итого-	**79,00**	**25,32**	**27,26**	**67,25**	**620**

Директор
Калькулятор
Зав. производством



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

АО «Деаптамент продовольствия и социального питания г. Казани»

№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.		**0,95**	**2,75**	**7,20**	**60**
	1- ЫЕ БЛЮДА						
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021	Рыба (филе) запеченая с сыром,соусом Переменка	70/5/5		14,5	10,6	2,7	176
260/2015	Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
		сред.		**14,10**	**13,25**	**2,65**	**192**
ТТК 2020	Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
ТТК2023	Жаркое из птицы	50/150		13	12,6	27,3	275
		сред.		**21,40**	**17,90**	**37,73**	**398**
	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
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	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**
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
		Итого с самост.бл	**79,00**	**24,56**	**20,98**	**70,89**	**576**
		юдом-					
		Итого-	**79,00**	**22,47**	**23,01**	**72,25**	**597**

Директор
Калькулятор
Зав. производством

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

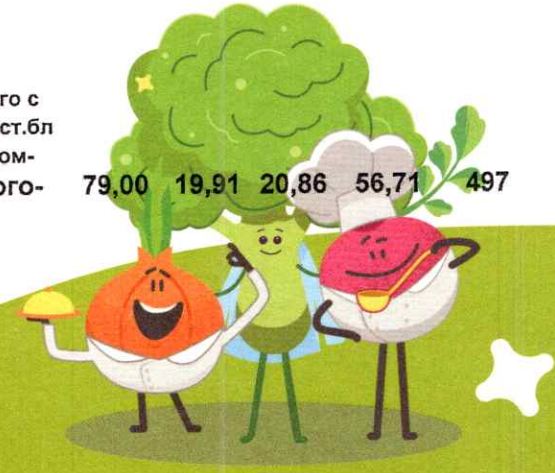
№Сб. рец **3-ий день**

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		1,3	5,1	7,4	81
	капуста свежая	50					
	морковь свежая	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 2023	Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2013	Гуляш из индейки	50/50		10,00	12,56	2,1111	162
ТТК 2020	Рыба запеченая	75		17,30	9,90	3,3	171
ТТК 2022	Медальоны куриные с сыром, томатом	70/5		14,6	17,3	0,82	218
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
		сред.		**13,22**	**14,91**	**3,01**	**199**
		сред.		**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
	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	28,417	202
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.		**4,53**	**5,63**	**26,71**	**175,7**
	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	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с самост.блюдом-						
	Итого-			**79,00**	**19,91**	**20,86**	**56,71**	**497**

Директор
Калькулятор
Зав. производством

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



№Сб. рец **4 день**

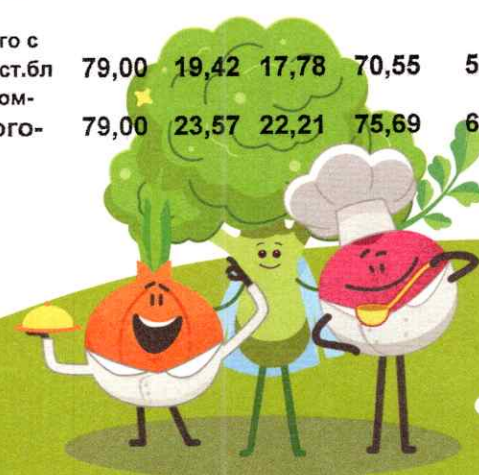
Меню

	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**	**40**
	1- ые БЛЮДА						
103/2015	Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023	Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2021	Рыба запечённая 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	40/160		11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2020	Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
		сред.		**16,25**	**15,60**	**36,12**	**352**
	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
541/2004	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 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	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с самост.блюдом-		**79,00**	**19,42**	**17,78**	**70,55**	**526**
	Итого-		**79,00**	**23,57**	**22,21**	**75,69**	**600**

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



АО «Деаптамент продовольствия и социального питания г. Казани»

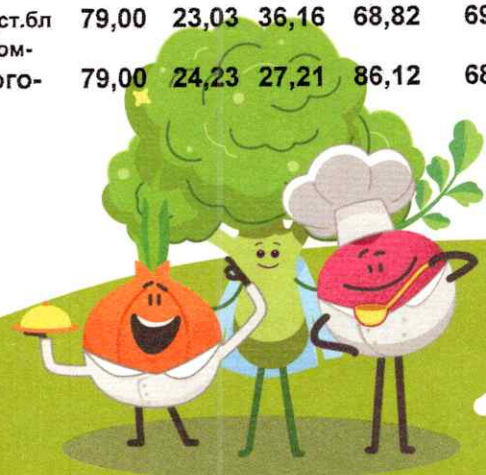
№Сб. рец **5 день**

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
№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
		сред.		**2,04**	**6,70**	**12,66**	**111**
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021	Рыба (филе) запечённая с сыром	75/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2022	Котлеты Школьные	90		12,4	13,5	7,8	199
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
		сред.		**13,43**	**14,73**	**3,70**	**200**
ТТК 2016	Курица по-французски	180		17	28,9	16,9	397
		сред.		**17,00**	**28,90**	**16,90**	**397**
	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
312/2015	Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
		сред.		**4,77**	**5,22**	**30,50**	**189**
	НАПИТКИ						
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром,лимоном,урюком	200/8/5/7		0,4	0,03	11,8	51
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
		сред.		**0,21**	**0,02**	**11,00**	**46**
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/30		3,78	0,5	28,26	137
		Итого с самост.блюдом-	**79,00**	**23,03**	**36,16**	**68,82**	**691**
		Итого-	**79,00**	**24,23**	**27,21**	**86,12**	**683**

Директор
Калькулятор
Зав. производством

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



Заготовочные ЯНВАРЬ 2 неделя

Меню

№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	37,733	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	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	20/20		2,52	0,36	18,84	91
		Итого с самост.блюдом-	**79,00**	**24,58**	**21,03**	**72,07**	**581**
		Итого-	**79,00**	**35,54**	**33,93**	**80,89**	**777**

Начальник отдела по организации питания
Зав.производством
Калькулятор

Директор
Калькулятор
Зав. производством

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