"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 13 по 18 ноября , с 27 ноября по 2 декабря 2023 г

2 - я неделя НОЯБРЬ
№Сб. рец **1 день**

	Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015	Плоды свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№1/2015	Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016	Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5		6,5	11,30	1,10	132
ТТК 2023	**Салат-бар**	100		2,5	6,1	10,42	108
	капуста свежая	40					
	морковь свежая	40					
	фасоль консервированная	10					
	сухарики из пшеничного хлеба	5					
	масло растительное	5					
		сред.		**1,79**	**6,10**	**12,57**	**114**
	1- ЫЕ БЛЮДА						
97/2015	Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ТТК2023	Бульон куриный с птицей,гренками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023	Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019	Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	14,5	1,9	220
ТТК 2021	Шашлык из куриных грудок (с переменкой,на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
		сред.		**15,93**	**14,43**	**3,59**	**207**
ТТК2016	Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
ТТК2018	Блинчики п/ф со сгущённым молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
		сред.		**16,35**	**18,00**	**50,45**	**433**
	ГАРНИРЫ						
303/2015	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
202/2015	Макаронные изделия отварные (м/сл.)	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 2021	Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
		сред.		**0,10**	**0,01**	**9,64**	**40**
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
		Итого с самост.бл		**79,00**	**20,13**	**24,36**	**86,79**	**655**
		юдом-					
		Итого-		**79,00**	**24,38**	**25,55**	**66,07**	**596**

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	120		0,48	0,48	11,8	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2016	Салат с фасолью (фасоль к/с,морковь отвар.,огурцы солён.,м/рас)	80		2,44	6,7	6,8	98
ТТК 2023	**Салат-бар**	100		2	6,2	8,5	99
	капуста квашеная	40					
	морковь свежая	40					
	зелёный горошек консервированный	10					
	сухарики из пшеничного хлеба	5					
	масло растительное	5					
		сред.		**2,78**	**4,57**	**10,63**	**96**
	1- ЫЕ БЛЮДА						
ТТК2023	Бульон куриный с птицей,гренками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021	Рыба (филе) запеченая с сыром,соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
260/2015	Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
		сред.		**14,36**	**13,51**	**5,01**	**199**
ТТК2022	Грудки куриные по-французски	200		18,9	32,1	18,8	441
ТТК2023	Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,2	15,8	22	296
		сред.		**18,90**	**32,10**	**18,80**	**441**
	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	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	15/15		1,89	0,25	14,13	68
		Итого с самост.бл	**79,00**	**23,63**	**36,94**	**53,36**	**645**
		юдом-					
		Итого-	**79,00**	**24,30**	**25,03**	**76,01**	**631**

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	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2021	Салат Прага (филе курин.,морковь,огурцы солён.,яйцо,соус Перем)	70		4,4	8,30	1,3	98
ТТК 2023	**Салат-бар**	100		2,2	6,2	10,9	109
	капуста свежая	40					
	свекла отварная	40					
	кукуруза консервированная	10					
	сухарики из пшеничного хлеба	5					
	масло растительное	5					
№1/2015	Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
		сред.		**2,35**	**6,65**	**9,38**	**108**
	1- ые БЛЮДА						
ТТК2023	Бульон куриный с птицей,гренками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
102/2015	Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11		7,69	7,10	19,38	173
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023	Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2021	Гуляш из куриных грудок	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.		**14,03**	**15,00**	**3,83**	**206**
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	150		18,00	29,40	24,70	438
ТТК 2020	Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с соусом Переменка	160/20		19	23,7	34,3	427
		сред.		**18,50**	**26,55**	**29,50**	**433**
	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
304/2015	Макаронные изделия отварные (м/сл.)	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	15/15		1,89	0,25	14,13	68
		Итого с самост.бл юдом-	**79,00**	**22,77**	**33,45**	**63,62**	**652**
		Итого-	**79,00**	**22,82**	**27,53**	**64,65**	**601**

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	углев.	ККАЛ
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015	Плоды свежие	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 2021	Салат "Столичный " с соусом Переменка	75		4,97	12,09	5,0625	149
ТТК 2023	**Салат-бар**	100		2,5	6,1	9,7	106
	капуста квашеная	40					
	морковь свежая	40					
	фасоль консервированная	10					
	сухарики из пшеничного хлеба	5					
	масло растительное	5					
		сред.		**3,52**	**5,87**	**9,99**	**108**
	1- ые БЛЮДА						
ТТК2023	Бульон куриный с птицей,гренками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
	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 из куриных грудок (с переменкой,на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
		сред.		**15,50**	**12,76**	**4,16**	**192**
ТТК 2021	Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
ТТК2018	Блинчики п/ф со сгущённым молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
		сред.		**11,05**	**10,65**	**49,30**	**339**
	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
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 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	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с самост.блюдом-	**79,00**		**16,53**	**16,78**	**83,00**	**554**
	Итого-	**79,00**		**25,87**	**26,16**	**74,95**	**641**

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	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2016	Салат из фасоли,кукурузы с сыром,сухариками(фасоль,кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75		5,52	11,25	8,36	158
ТТК 2023	**Салат-бар**	100		2,21	6,1	9,6	103
	капуста свежая	40					
	морковь свежая	40					
	горошек зелёный консервированный	10					
	сухарики из пшеничного хлеба	5					
	масло растительное	5					
ТТК 2019	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
		сред.		**3,61**	**7,46**	**10,82**	**126**
	1- ые БЛЮДА						
ТТК2023	Бульон куриный с птицей,гренками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
82/2015	Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10		2,04	6,7	12,66	119
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021	Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2022	Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019	Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
ТТК 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
		сред.		**16,54**	**14,76**	**5,13**	**219**
ТТК2023	Жаркое по- домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
ТТК2017	Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
		сред.		**19,15**	**10,15**	**32,05**	**299**
	ГАРНИРЫ						
303/2015	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
304/2015	Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
312/2015	Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
		сред.		**4,98**	**5,52**	**31,98**	**199**
	НАПИТКИ						
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром,лимоном,урюком	200/8/5/10		0,55	0,05	13,4	58
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
		сред.		**0,28**	**0,03**	**11,80**	**50**
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с самост.блюдом-		**79,00**	**24,93**	**17,89**	**68,80**	**542**
	Итого-		**79,00**	**27,30**	**28,02**	**73,86**	**661**

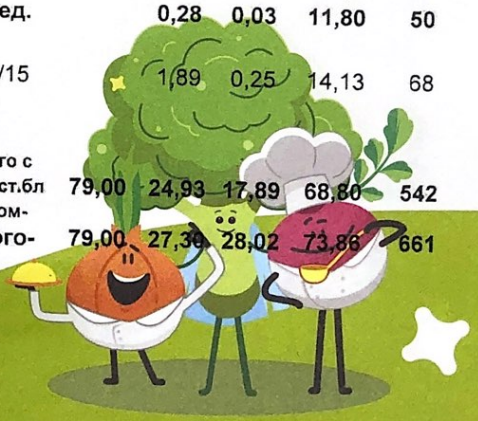
Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



АО «Деаптамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Заготовочные **НОЯБРЬ** 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	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 **Салат-бар**	100		1,7	6,2	7,5	94
огурцы солёные	80					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.		**2,79**	**3,86**	**11,55**	**94**
1- ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей,гренками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
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 соусом Переменка	160/15		19	20,9	34,1	401
ТТК 2016 Соус мясной "Смак"	100		8,40	8,50	4,9	130
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
	сред.		**17,55**	**16,50**	**2,95**	**231**
ГАРНИРЫ						
302/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Спагетти отварные (с м/сливоч.)	180		6,77	5,4	43,14	248
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	сред.		**5,19**	**5,81**	**39,18**	**230**
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром,лимоном,урюком	200/8/5/10		0,55	0,05	13,4	58
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	сред.		**0,34**	**0,04**	**12,50**	**53**
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/30		3,78	0,5	28,26	137
	Итого с самост.блюдом-	**79,00**	**25,91**	**25,34**	**86,41**	**685**
	Итого-	**79,00**	**29,65**	**26,75**	**94,4**	**745**

Начальник отдела по организации питания
Зав.производством
Калькулятор

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Деаптамент продовольствия и социального питания г. Казани»