

"Согласовано"
Директор Общеобразовательного
учреждения

"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

1 - я неделя ОКТЯБРЬ

с 04 по 09 октября 2021 г

№СБ. рел 1 день

Наименование блюд	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	60		0,7	0,1	2,28	14
ТТК2020 Салат Итальянский с помидорами, огурцами, соевыми бобами	65		1,67	5,5	4,35	74
	сред.		0,91	1,99	5,15	43
1-ЫЕ БЛЮДА						
101/2015 Суп картофельный с рисом, с мясными фрикадельками п/ф	250/11		3,87	4,4	17,7	125
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
256/2015 Говядина тушеная	45/30		14	15,7	1,5	204
ТТК 2021 Котлеты Аппетитные мясо-куриные п/ф, мексиканская смесь с красной фасолью заморож. (доп. гарнир)	90/30		17,09	16,7	7,63	248
ТТК 2019 Горбуша по-Московски	65/20		16,9	13,4	1,94	196
ТТК 2020 Голень куриная в сливочном маринаде, мексиканская смесь с красной фасолью заморож. (доп. гарнир)	80/10/30		24,3	26,6	3,43	352
	сред.		18,1	18,1	3,6	250
ТТК 2019 Буритос с отварной курицей и сыром	190		22,8	37,2	31,2	555
	сред.		22,78	37,2	31,24	555
ГАРНИРЫ						
302/2015 Каша гречневая рассыпчатая	150		6,6	5,4	41,9	242
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	120		3,48	12,7	28,3	242
	сред.		5,04	9,0	35,11	242
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный, зеленый пакетированный с сахаром	200/8				8	32
699/2004 Напиток лимонный	200		0,14	0,0	24,4	101
	сред.		0,07	0,01	16,22	66,5
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/25		3,4	0,5	25,8	125
	Итого с					
	самост. бл	73,00	27,16	39,7	78,41	790
	юдом-					
	Итого-	73,00	27,48	29,7	85,90	727

№Сб. рег. **2 день**

Наименование блюд		выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,40	9,8	47
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	70		0,49	0,1	1,33	8
ТТК2016	Салат "Мечта" с яйцом (капуста св., кукуруза, з/гор. консер., масло растительное)	80/0,5 шт		4,84	15,1	4,98	175
		сред.		1,91	5,2	5,37	77
1-ые БЛЮДА							
82/2015	Борщ с капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы п/ф, со сметаной	250/22/5		5,68	9,2	12,8	157
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК2021	Горбуша запечённая с сыром (филе)	75/5		18,6	11,2	2,64	185
ТТК 2021	Бифштекс рубленый по-домашнему п/ф, цветная капуста заморож. (доп. гарнир)	90/30		14,3	14,1	9,67	212
ТТК 2020	Гуляш из куриных грудок	80/50		21,8	27,2	3,33	346
ТТК 2020	Нагетсы куриные (п/ф)	6шт/96		20	24,1	2,93	305
		сред.		18,69	19,2	4,64	262
ГАРНИРЫ							
202/2015	Макароны отварные (с маслом сливочным)	180		6,77	5,4	43,1	248
139/2015	Капуста тушёная	160		3,78	6,6	16	141
		сред.		5,28	6,0	29,59	195
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,06	0,0	8	34
ТТК 2021	Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,1	0,04	10,7	44
		сред.		0,08	0,03	9,36	39
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,8	91
Итого-		73,00	28,47	30,7	67,79	663,17	

№СБ. рел **3-ий день**

Наименование блюд		выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	90	0,36	0,36	8,82	42	
тк2016г	Огурцы, помидоры свежие с маслом	30/30/5	0,54	5,1	1,7	55	
ТТК	Яйцо под соусом "Переменка" с з/горошком (доп. гарнир)	48/10/5	6,54	11,3	1,08	132	
		сред.	2,48	5,6	3,87	76	
1-ые БЛЮДА							
103/2015	Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельками (п/ф)	250/11	4,62	4,4	21	143	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
тк2020	Люля-кебаб (п/ф), капуста брокколи замороз. (доп. гарнир)	80/25	15,4	15,1	7	223	
тк2019	Цыплята запечённые	110	29,1	31,9	0,08	404	
тк2021	Горбуша тушёная с овощами (филе)	70/25	14,7	6,8	2,2	129	
		сред.	19,72	17,95	3,09	252	
ТТК2018	Блинчики п/ф со сгущённым молоком	5шт/225/45	15,6	12,2	94,7	553	
		сред.	15,60	12,19	94,70	553	
ГАРНИРЫ							
312/2015	Пюре картофельное	150	3,29	4,7	22	146	
тк2020	Рис отварной с овощной смесью (мексиканская смесь с красной фасолью)	180	6,4	8,0	52	303	
		сред.	4,85	6,3	37,02	225	
НАПИТКИ							
тк2021	Чай чёрный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
тк2021	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,1	11,9	49	
		сред.	0,04	0,04	9,97	41	
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/25	3,15	0,5	23,6	114	
		Итого с	73,00	21,27	18,25	132,1	784
		самост. бл					
		юдом-					
		Итого-	73,00	30,24	30,33	77,50	707

№Сб. рет **4 день**

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	90	0,36	0,36	8,82	42
71/2015	Овощи натуральные свежие (помидоры)	65	0,7	0,1	2,48	16
ТТК2016	Салат "Каприз" (помидоры, кукуруза, сыр, сухарики, масло раст.)	60	1,6	7,2	3,4	86
	сред.		0,89	2,56	4,90	48

1-ые БЛЮДА

88/2015	Щи из свеж. капусты с картофелем, мясными фрикадельками п/ф со сметаной	250/11/15	3,95	8,9	9,7	136
---------	---	-----------	------	-----	-----	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	80/5	21,7	23,2	2,88	309
ТТК 2021	Горбуша запеченная с сыром, соусом Переменка	70/8/8	19,6	16,2	3,29	237
	сред.		20,65	19,69	3,09	273

ТТК2020	Мясо по-Милански	190	20,4	23,1	13,6	346
ТТК 2019	Буритос с отварной курицей и сыром	190	22,8	37,2	31,2	555
	сред.		21,59	30,15	22,44	451

ГАРНИРЫ

303/2015	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,4	173
541/2004	Рагу овощное	150	2,8	7,65	16,8	149
	сред.		3,50	6,6	21,60	161

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7	0,06	0,0	8	34
ТТК 2021	Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,80	41

	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	16,4	79
--	---	-------	------	-----	------	----

Итого с						
самост. бл	73,00	24,71	33,05	53,52	619	
юдом-						
Итого-	73,00	27,26	29,21	55,77	602	

№Сб. пр: 5 день

Наименование блюд

выход стоимост белки жиры углевод. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	90	0,36	0,36	8,82	42
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	65	0,45	0,1	1,24	7
ТТК 2016	Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками, яйцом, м/растит.	60	4,4	8,99	6,69	126
	сред.		1,74	3,1	5,58	58

1-ые БЛЮДА

96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/20	2,8	8,4	17,6	158
---------	--------------------------------------	--------	-----	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Горбуша запечённая	80	20	11	4,04	195
ТТК 2020	Говядина со стручковой фасолью	40/40	12,5	17,3	3,19	219
ТТК 2021	Котлеты "Школьные" (п/ф), европейская смесь заморож. (доп. гарнир)	90/60	13,6	12,9	14,9	229
ТТК 2019	Шашлычок из куриной грудки на шампуре	90	15,5	18,0	1,13	227
	сред.		15,39	14,81	5,82	218

ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущённым молоком	4шт/140/40	39,3	12,5	52,2	486
	сред.		39,29	12,54	52,20	486

ГАРНИРЫ

ТТК 2014	Каша полбяная рассыпчатая с маслом	180/5	6,5	11,0	35	264
216/2004	Картофель тушёный	120	2,6	8,5	19,6	166
	сред.		4,55	9,7	27,29	215

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,07	0,01	9,58	39

	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,3	14,1	68
--	---	-------	------	-----	------	----

Итого с						
самост. бл	73,00	42,99	15,96	81,5	652	
юдом-						
Итого-	73,00	23,64	27,95	62,40	598	

№Сб. р. 6 день

СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

15/2015	Сыр порционно	30	7,89	7,98		105
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	150/5	17,8	15,5	31,4	337
ТТК 2019	Кекс "Волжский"	50	3,2	10,4	29,8	221
ТТК 2021	Чай черный,зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,3	11,3	55
Итого-			73,00	30,14	34,13 80,40	750

Начальник отдела по организации питания
Зав.производством
Калькулятор



"Согласовано"

Директор Общеобразовательного
учреждения

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питания

АО "Департамент продовольствия и
социального питания г.Казани"

А.К.Арапова

**МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ
в столовых общеобразовательных школ г. Казани**
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №

1-я неделя ОКТЯБРЬ

С 4 по 9 октября 2021г

№ Сб.рег	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Горячий завтрак (старшие)							
тتك 2020	Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные запечённые п/ф	90	16,46	16,04	6,57	234	
303/2015	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,1	171	
тتك 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32	
	Хлеб пшеничный	33	1,65	0,33	14,9	73	
Итого:		48,00	22,33	21,97	55,4	510	
ВТОРНИК							
Горячий завтрак (старшие)							
тتك 2019	Гуляш из куриных грудок	60/60	17,44	18,38	3,408	250	
202/2015	Макаронные изделия отварные (масло сливоч.)	180	6,66	6,00	42,36	250	
тتك 2021	Напиток из шиповника	200	0,012		10,18	41	
	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,26	15,7	75	
Итого:		48,00	26,54	24,64	71,69	616	
СРЕДА							
Горячий завтрак (старшие)							
тتك 2019	Люля-кебаб запечённый п/ф	80	14,41	14,29	5,75	207	
тتك 2020 г	Рис отварной с овощной смесью	180	7,58	7,95	51,9	304	
648/2004	Кисель	200			13,1	53	
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,35	0,27	12,2	59	
Итого:		48,00	23,34	22,51	82,90	623	
ЧЕТВЕРГ							
Горячий завтрак (старшие)							
тتك 2020г	Мясо по-Милански	160	17,19	19,46	11,47	292	
тتك 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,135	0,023	11,15	46	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9,0	44	
Итого:		48,00	18,33	19,69	31,62	382	
ПЯТНИЦА							
Горячий завтрак (старшие)							
тتك 2021	Котлеты "Школьные" запечённые п/ф	90	11,43	10,9	9,6	181	
тتك 2014	Каша полбяная рассыпчатая с маслом	180/5	6,5	11,0	34,95	265	
тتك 2021	Напиток из замороженной клюквы	200			9,98	40	
	Хлеб пшеничный	42	3,19	0,34	20,7	99	
Итого:		48,00	21,12	22,24	75,19	585	
СУББОТА							
Завтрак (старшие)							
тتك 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом	160/5	19	16,3	33,4	357	
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1	0,2	20,2	92	
	Хлеб ржано-пшеничный	36	1,8	0,36	16,2	79	
Итого:		48,00	21,80	16,86	69,80	528	

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор:

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного
учреждения

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питания
АО "Департамент продовольствия и
социального питания г.Казани"

А.К.Агапова

МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №

1-я неделя ОКТЯБРЬ

С 4 по 9 октября 2021г

(С СУПОМ)

№ Сб.реу	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Горячий завтрак (старшие)							
97/2015	Суп картофельный с мясными фрикадельками п/ф	250/22	5,69	6,0	17,8	148	
ТТК2018	Вак-балиш с мясом и рисом	90	9,4	12,50	29,5	270	
ТТК2015	Чай с молоком	200	1,52	0,76	10,4	59	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9,0	44	
Итого:			48,00	17,63	19,46	66,7	521
ВТОРНИК							
Горячий завтрак (старшие)							
82/2015	Борщ с капустой,картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/22/10	5,7	9,2	12,8	157	
ТТК2018	Маффин Шоколадный	50	3,2	10,4	29,8	211	
701/2004	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	108	
	Хлеб ржано-пшеничный	34	1,7	0,34	15,3	75	
Итого:			48,00	10,70	20,04	84,3	551
СРЕДА							
Горячий завтрак (старшие)							
103/2015	Суп картофельный с вермишелью, с фрикадельками из птицы п/ф	250/22	6,7	6,2	21,1	167	
ТТК2018	Эч-почмак с говядиной	100	6,00	4,90	40	229	
ТТК2021	Чай с сахаром,лимоном	200/8/5	0,07	0,0	8,14	34	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9,0	44	
Итого:			48,00	13,77	11,31	79	474
ЧЕТВЕРГ							
Горячий завтрак (старшие)							
88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем,мясными фрикадельками , со сметаной	250/22/10	5,65	9,8	9,6	150	
ТТК2018	Корж Яблочный	65	3,30	5,90	34	251	
ТТК 2021	Напиток из замороженной клюквы	200			10	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,75	0,35	15,8	77	
Итого:			48,00	10,70	16,00	69	518
ПЯТНИЦА							
Горячий завтрак (старшие)							
96/2015	Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками п/ф со сметаной	250/22/5	7,32	10,9	17,9	200	
ТТК2019	Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	211	
ТТК 2021	Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48	
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,4	0,28	12,6	62	
Итого:			48,00	12,04	21,61	71,9	521
СУББОТА							
Горячий завтрак (старшие)							
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
243/1983г	Суп гороховый с гречками	250/10	11,9	8,1	35,5	263	
ТТК 2018	Пирог Трехслойник	50	3,43	11,4	20,55	200	
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,135	0,02	11,15	46	
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,3	0,26	11,7	57	
Итого:			48,00	17,17	20,20	88,7	613

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор: