

"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

3 - я неделя ОКТЯБРЬ

с 18 по 23 октября 2021 г

№СБ. пр. 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	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
ТТК 2016 Салат из фасоли и кукурузы с сыром, сухариками	60		4,4	9,0	6,69	126
ТТК 2015 Яйцо по соусом "Переменка" с зеленым горошком	48/10/5		6,54	11,3	1,08	132
	сред.		3,77	6,87	5,53	100
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						
ТТК 2021 Котлеты Аппетитные мясо-куриные п/ф, мексиканская смесь с красной фасолью замороз. (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 замороз. (доп. гарнир)	80/10/30		24,3	26,6	3,43	352
	сред.		19,41	18,93	4,33	265
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 запечённый (с паприкой)	120		3,48	12,7	28,3	242
	сред.		5,04	9,0	35,11	242
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный, зелёный 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	25/25		3,15	0,5	23,6	114
Итого с						
самост. бл		73,00	29,77	44,53	76,54	836
юдом-						
Итого-		73,00	31,44	35,30	84,74	788

№Сб. пр. **2 день**

Наименование блюд	выход	стоимос	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	0,07	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	5,18	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 замороз. (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 с					
	самост. бл					
	юдом-					
	Итого-	73,00	28,47	30,71	67,79	663

№Сб. пр. **3-ий день**

Наименование блюд		выход	стоимость	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
20/2015	Салат из свежих огурцов	65		0,43	3,95	1,17	42
3/20015	Бутерброд с сыром, маслом	30/10/10		5	10,8	15,1	179
		сред.		1,93	5,0	8,36	88
1-ые БЛЮДА							
103/2015	Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельками (п/ф)	250/11		4,62	4,4	21	143
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2021	Котлеты "Пожарские" п/ф, европейская смесь заморож. (доп. гарнир)	90/45		13	12,4	13,6	218
ТТК 2019	Цыплята запечённые	110		29,1	31,9	0,08	404
ТТК 2021	Горбуша запеченная с овощами	70/25		14,8	9,6	2,61	156
		сред.		18,96	17,96	5,43	259
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
ТТК2020	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							
ТТК 2021	Чай черный,зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021	Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
		сред.		0,06	0,02	9,80	40
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,4	21,1	102
		Итого с самост.бл юдом-	73,00	20,36	17,65	134,0	783
		Итого-	73,00	28,57	29,75	81,70	714

№СБ. прт 4 день

Наименование блюд	выход	стоимость	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
ТТК 2017 Салат Успех (огурцы свежие, яйцо, сыр, соус Переменка)	60		2,7	4,5	1,07	56
ТТК 2015 Салат из свеклы с сыром, соусом "Переменка" и яйцом	80/0,5 шт		7,3	8,33	6,08	129
	сред.		3,45	4,40	5,32	76
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 запечённая с сыром, соусом Переменка	70/8/8		19,6	16,2	3,29	237
	сред.		20,65	19,69	3,09	273
ТТК 2020 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 свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,07	0,05	9,97	42
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,4	79
	Итого с					
	самост.бл	73,00	27,25	34,91	54,11	647
	юдом-					
	Итого-	73,00	29,81	31,07	56,36	630

№СБ. пр. 5 день

Наименование блюд	выход	стоимость	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 (огурцы)	65		0,45	0,07	1,24	7
53/2013 Салат Витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, м/раст) с яйцом	100/0,5шт		4,38	8,04	11,08	135
	сред.		1,73	2,82	7,05	61
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 "Нежные" (п/ф), европейская смесь заморож. (доп. гарнир)	90/65		16,8	18,2	12,7	277
ТТК 2019 Шашлычок из куриной грудки на шампуре	90		15,5	18,0	1,13	227
	сред.		16,20	16,12	5,27	230
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 чёрный, 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	20/15		2,14	0,3	16,4	79
	Итого с					
	самост. бл	73,00	43,23	15,69	85,2	665
	юдом-					
	Итого-	73,00	24,69	29,00	65,56	624

№Сб. пр. 6 день

СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

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

Оксана

"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
в столовых общеобразовательных школ г. Казани**
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №

3-я неделя ОКТЯБРЬ

С 18 по 23 октября 2021г

№ Сб.рей	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Горячий завтрак (старшие)							
ТТК 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	
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32	
	Хлеб пшеничный	33	2,51	0,26	16,2	78	
	Итого:	48,00	23,19	21,90	56,8	515	
ВТОРНИК							
Горячий завтрак (старшие)							
ТТК 2020	Нагетсы куриные (п/ф)	5шт/80	16,68	20,1	2,442	254	
ТТК 2011г	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180	6,66	6,00	42,36	250	
ТТК 2021	Напиток из замороженной клюквы	200	0,1	0,04	10,71	44	
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,3	0,26	11,7	57	
	Итого:	48,00	24,74	26,37	67,21	605	
СРЕДА							
Горячий завтрак (старшие)							
ТТК 2019	Горбуша (филе) запечённая	70	16,15	9,20	3,10	160	
303/2015	Каша рисовая вязкая	180	2,80	5,00	28,70	171	
648/2004	Кисель	200			13,1	53	
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,75	0,35	15,8	77	
	Итого:	48,00	20,70	14,55	60,65	461	
ЧЕТВЕРГ							
Горячий завтрак (старшие)							
ТТК 2020г	Медальоны из куриных грудок с сыром	60/5	17,4	19	0,3	242	
541/2004	Рагу овощное	180	3,3	8,8	19,9	173	
ТТК 2021	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,07	0,0	8,14	34	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55	
	Итого:	48,00	22,02	28,06	39,59	504	
ПЯТНИЦА							
Горячий завтрак (старшие)							
ТТК 2021	Котлеты куриные "Нежные" п/ф	90	13,9	16,0	7	225	
216/2004	Картофель тушёный	180	3,9	12,7	29,36	249	
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0,0	11,15	46	
	Хлеб ржано-пшеничный	38	1,9	0,38	17,1	84	
	Итого:	48,00	19,84	29,14	64,61	604	
СУББОТА							
Завтрак (старшие)							
ТТК 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:

М.И.Иванов

А.К.Агапова

"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 №

3-я неделя ОКТЯБРЬ

С 18 по 23 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	Пицца с курицей и сыром	85	14,90	17,60	30	340	
699/2004	Напиток Лимонный	200	0,14	0,0	24,43	101	
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,4	0,28	12,6	62	
Итого:			48,00	23,14	24,09	88,2	670
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: