

"Согласовано"

Директор
образовательного учреждения

"Утверждено"
Заместитель генерального директора
по организации питания
АО "Лептатрамент-продукты"
и социального питания г. Казань
А.К. Алапова

МЕНЮ БЕСПЛАТНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ НА МАРТ 2022Г

1 НЕДЕЛЯ с 7 по 12 марта, с 21 по 26 марта 2022 г

Понедельник 1 неделя

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг
№ 15/2015 г. День	Сыр порпирими	15		3,990	-	53	0,005	0,105	31,500	0,060	150,000	90,000	8,250	0,105
Акт от 22.07.2019г	КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ пф С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	80/10	7,000	10,000	9,600	160	0,060	2,144	12,880	1,505	15,771	118,494	15,856	1,632
№303/2015г. День	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	150	6,620	5,400	41,870	242	0,153	-	21,000	0,271	14,060	94,792	54,930	1,838
ТТК 2021г год	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,100	0,010	8,300	36	0,003	20,000	-	0,070	3,900	3,300	3,100	0,160
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,520	0,160	9,840	47	0,028	-	-	0,275	5,000	16,250	3,500	0,275
Итого:			16,240	19,760	78,610	582	0,263	22,249	65,38	2,289	191,491	335,556	88,636	4,382

Вторник 1 неделя

№ 338 День 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (БЛОКИ)	100	0,400	0,400	9,800	47	0,030	10,000	-	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
№ 84 Сбед. пед. 2013 год	САЛАТ ПЕСТРЫЙ	60	3,950	3,990		53	0,013	5,608	-	1,392	17,393	18,990	10,232	0,919
№291/2015г. День	ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	13,140	15,100	40,000	348	0,120	4,360	27,200	5,133	25,231	203,390	46,964	1,681
ТТК 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8	0,080	0,080	11,940	49	-	-	-	-	0,240	-	-	0,024
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,520	0,160	9,840	47	0,028	-	-	0,275	5,000	16,250	3,500	0,275
Итого:			20,090	19,930	80,580	588	0,205	19,968	27,2	7,108	66,624	262,35	72,696	5,471

Среда 1 неделя

№52/2015г. День	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	60	0,930	3,050	5,650	54	0,011	5,700	-	1,641	21,090	24,582	12,540	0,798
ТТК	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ, МАСЛОМ	180/5	15,000	15,500	39,000	355	0,271	36,736	43,600	5,203	36,577	204,277	52,789	2,479
ТТК 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200			13,100	53	0,003	2,800	-	0,014	3,040	1,540	0,840	0,066
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,520	0,160	9,840	47	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого:			18,450	18,910	76,59	553	0,332	45,236	43,6	7,296	69,467	262,619	73,369	4,045

Четверг 1 неделя															
№ 338 День 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,400	0,400	9,800	47	0,030	10,000	-	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	
ТТК от 3.02.2022 г	САЛАТ ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	60	0,590	6,080	5,270	79	0,011	12,500	-	2,255	24,200	19,550	10,000	0,490	
ТТК от 2021г	ГРЕЧКА С ФАРШЕМ И ОВОЩАМИ	160	14,200	13,000	38,410	327	0,295	1,461	-	3,783	26,373	252,458	107,562	4,390	
ТТК от 2021г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200	0,070	0,010	8,200	35	0,006	2,000	-	0,040	3,500	2,200	1,800	0,470	
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220	
Итого:			17,780	19,850	80,520	579	0,378	25,961	-	6,606	76,833	310,928	134,162	8,142	
Пятница 1 неделя															
№70/2015г.День	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	20	79,000	3,100	6,710	59	0,004	1,000	-	0,020	4,600	4,800	2,800	0,120	
Акт к/пр от 14.10.2020	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	50/40	8,910	12,200	12,740	196	0,053	2,965	-	2,203	14,176	107,845	16,461	1,633	
№312/2015г.День	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,280	4,660	22,030	146	0,163	25,943	25,500	0,181	46,606	97,336	32,978	1,231	
№ 699 Сбор. реп. 2004 год	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,080	0,080	11,940	49	0,006	6,400	-	0,032	7,120	3,520	1,920	0,168	
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,520	0,160	9,840	47	0,028	-	-	0,275	5,000	16,250	3,500	0,275	
Итого:			15,580	20,400	72,260	541	0,268	36,308	25,5	2,819	80,262	242,471	60,659	3,799	
Суббота 1 неделя															
№ 15/2015 г.День	СЫР ПОПЦИЯМИ	15	3,950	3,990	-	53	0,005	0,105	31,500	0,060	150,000	90,000	8,250	0,105	
№243/2015г.День	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	7,800	9,200	10,800	160	0,030	-	-	0,500	25,000	139,001	15,000	1,800	
№309/2015г.День	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,640	4,470	35,940	207	0,087	-	-	2,704	15,197	45,522	8,479	0,858	
№ 648 Сбор. реп.п. 2004 г	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,18	0,05	17,970	71	-	-	-	0,004	1,740	0,720	0,240	0,054	
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,520	0,160	9,840	47	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
Итого:			20,090	18,070	83,550	582	0,169	0,105	31,5	3,706	200,697	307,463	39,169	3,519	

"Согласовано"

Директор
общеобразовательного учреждения

МЕНЮ БЕСПЛАТНОГО ПИТАНИЯ Для 1-4 КЛАССОВ НА МАРТ 2022Г

"Утверждено"
Заместитель генерального директора
по организации питания
АО "Департамент продовольствия
и социального питания г. Казань"
А.К.Авдеева

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийное ть, ккал	Витамины В1, мг	Витамины С, мг	Витамины А, мг	Витамины Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг
-------	--------------------	-------	----------	---------	-------------	------------------------	--------------------	-------------------	-------------------	-------------------	--------	-------	--------	--------

Понедельник 2 недели

2 НЕДЕЛЯ с 28 февраля по 5 марта, с 14 по 19 марта, с 28 марта по 2 апреля 2022 г

№ 15/2015 г. День	СЫР ПОРЦИЙМИ	15	3,950	3,990	-	53	0,005	0,105	31,500	0,060	150,000	90,000	8,250	0,105
ТТК № 1154 от 09.10.2020 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ ПФ	70/40	7,000	9,200	8,590	145	0,056	3,200	-	2,210	14,661	110,058	16,983	1,649
№302/2015 г. День	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,620	5,400	41,880	242	0,291	-	21,000	0,468	20,632	177,928	104,220	3,448
ТТК от 2021г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,100	0,100	13,400	72	-	-	-	-	0,300	-	-	0,030
	ХУБЕР РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХУБЕР ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220
Итого:			20,190	19,050	82,710	603	0,388	3,305	52,5	3,066	192,353	403,706	135,253	5,824

Вторник 2 недели

№ 338 День 2015 г	ПЮЛДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,400	0,400	9,800	47	0,030	10,000	-	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
№52/2015 г. День	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	60	0,590	6,080	5,270	79	0,011	5,700	-	1,641	21,090	24,582	12,540	0,798
Акт от 10.07.2019 г. Комбинат	РАТУ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	40/120	12,700	12,820	23,060	258	0,158	20,406	16,000	3,829	21,408	127,523	34,496	1,534
ТТК 2021 г	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПЛОТНОЙ СМЕСИ	200	0,070	0,010	8,210	35	-	-	-	-	0,300	-	-	0,030
	ХУБЕР РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХУБЕР ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,520	0,160	9,840	47	0,028	-	-	0,275	5,000	16,250	3,500	0,275
Итого:			16,280	19,670	65,180	510	0,241	36,106	16	6,053	66,558	192,075	62,536	5,209

Среда 2 недели

ТТК от 3.02.2022 г	САЛАТ ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	60	0,930	3,050	5,650	54	0,011	12,500	-	2,255	24,200	19,550	10,000	0,490
№260/2015 г. День	ГУЛДШИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	45/45	9,100	10,900	7,200	183	0,055	2,196	-	2,338	13,401	143,159	18,828	2,106
№309/2015 г. День	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,600	5,070	35,940	212	0,087	-	-	2,704	15,197	45,522	8,479	0,858
ТТК 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200			13,100	53	0,002	2,000	-	0,010	2,240	1,100	0,600	0,054
	ХУБЕР РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	ХУБЕР ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,140	0,010	5,900	28	0,017	-	-	0,165	3,000	9,750	2,100	0,165
Итого:			17,770	19,23	76,790	574	0,186	16,696	-	7,58	60,798	231,801	43,007	4,045

Четверг 2 недели															
№70/2015г-Дени	ОВОШИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ГОТУРЫ)	20	0,790	3,100	6,710	59	0,004	1,000	-	0,020	4,600	4,800	2,800	0,120	
Акт от 02.11.2017 г	ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ ИЗ ГОРБУШИ И МИНТАЯ В СОУСЕ пф	55/50	12,270	6,600	6,870	136	0,089	3,134	8,756	3,286	20,805	108,711	24,618	0,564	
№312/2015г-Дени	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,320	8,280	22,070	179	0,163	25,943	25,500	0,181	46,606	97,336	32,978	1,231	
№ 699 СБР. ретен. 2004 год	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,150	0,050	16,900	71	0,006	6,400	-	0,032	7,120	3,520	1,920	0,168	
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,520	0,160	9,840	47	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
Итого:			19,050	18,390	71,390	536	0,309	36,477	34,256	3,957	87,891	246,587	69,516	2,785	
Пятница 2 недели															
ТТК от 3.02.2022 г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,660	3,100	6,590	57	0,020	4,200	-	2,326	21,260	26,950	15,940	0,617	
Акт от 05.08.2021г	ГРУДКА КУРИНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/30	12,090	11,600	2,180	162	0,065	2,757	25,138	1,803	11,479	105,641	14,538	0,933	
№304/2015г-Дени	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,830	5,430	40,010	224	0,044	-	27,000	0,284	11,460	84,150	27,330	0,597	
№ 648 СБР. ретен. 2004 г	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,07	0,01	8,210	35	-	-	-	0,004	1,740	0,720	0,240	0,054	
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,900	0,200	12,300	59	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220	
Итого:			19,550	20,540	78,290	581	0,165	6,957	52,138	4,745	52,699	243,181	63,848	2,793	
Суббота 2 недели															
№ 338 Дени 2015 г	ПШОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,400	0,400	9,800	47	0,030	10,000	-	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	
№ 15/2015 г Дени	СЫР ПОРЦИЙМИ	15	3,950	3,990	-	53	0,005	0,105	31,500	0,060	150,000	90,000	8,250	0,105	
от 2021г	КОТЛЕТЫ ПОЖАРСКИЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	80/10	5,560	9,420	9,220	144	0,054	1,440	-	1,459	12,046	115,318	15,334	1,703	
№309/2015г-Дени	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,640	4,460	35,950	207	0,087	-	-	2,704	15,197	45,522	8,479	0,858	
ТТК 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200			13,100	53	0,003	2,800	-	0,014	3,040	1,540	0,840	0,066	
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,520	0,160	9,840	47	0,022	-	-	0,220	4,000	13,000	2,800	0,220	
Итого:			18,070	18,630	86,910	595	0,215	14,345	31,5	4,765	203,043	289,1	47,703	5,524	