

"Согласовано"

Директор
общеобразовательного учреждения

ДИРЕКТОР МБОУ
«Гимназия №1 г.Лайшево»
Э. И. АБУТДИНОВА

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питания

АО "Департамент продовольствия и
социального питания г. Казани"

А.К. Агапова

МЕНЮ


с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ РТ (cook & skill) (МЛАДШИЕ)
с 4 по 9 сентября, 18 по 23 сентября 2023 г
Горячее бесплатное питание младшие


№ Сб.рей	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
2 неделя (СЕНТЯБРЬ)							
ПОНЕДЕЛЬНИК							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		3,91	8,74	6,60	122
	Морковь свежая порциями	20					
	Капуста белокачанная свежая порциями	20					
	Сыр	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2020 г	Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		4,60	4,00	5,23	75
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	207
ТТК 2021 г	Напитки на выбор:	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
№348/2015	Чай с сахаром, лимоном	180		0,72	0,06	16,61	71
АКТ 2019	Компот из плодов сушеных (урюк)	20/20		0,39	0,04	11,98	51
	Печенье сдобное Вкусное	2 шт/30		2,10	2,10	5,10	47
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	560	64,19	19,16	19,70	83,69	593
ВТОРНИК							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,56	6,17	7,78	94
	Морковь свежая порциями	20					
	Капуста белокачанная свежая порциями	20					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2022 г	Котлеты "Аппетитные" с соусом томатным	80/10		11,20	4,45	18,50	158
Акт 2020 г	Пюре картофельное с маслом	150/5		3,32	8,28	22,07	179
ТТК 2021 г	Напитки на выбор:	180/7/8/15		0,83	0,07	15,39	68
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном и урюком	180		0,12	0,02	10,03	41
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	20/20		0,48	0,05	12,71	55
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	525	64,19	19,08	19,31	79,90	577
СРЕДА							
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	53
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,55	6,12	6,63	89
	Помидоры свежие порциями	20					
	Капуста белокачанная свежая порциями	20					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
ТТК 2021 г	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Плов с куриными грудками	50/150		14,01	12,30	35,20	312
ТТК 2021 г	Напитки на выбор:	180/7		0,01		7,19	29
№348/2015	Чай с сахаром	180		0,72	0,06	16,61	71
	Компот из плодов сушеных (урюк)	20/20		0,37	0,03	11,90	50
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	600	64,19	18,93	19,29	84,33	595
ЧЕТВЕРГ							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,56	8,74	7,46	125
	Свекла отварная (тёртая)	20					
	Морковь свежая порциями	20					
	Сыр	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Котлеты Домашние	90		7,10	5,10	10,90	118
№ 302/2004	Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242

Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/77	0,07	0,01	7,41	31
ТТК 2022 г	Чай с сахаром, лимоном	180	0,09	0,04	9,64	40
ТТК 2022 г	Напиток из замороженной чёрной смородины		0,08	0,03	8,53	36
		20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)		17,88	19,62	87,60	612
	Итого:	520	64,19	17,88	19,62	87,60

ПЯТНИЦА						
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,36	0,36	8,82	42
ТТК 2023 г	Салат - бар	60	1,62	6,10	6,92	90
	Помидоры свежие порциями	20				
	Огурцы свежие порциями	20				
	Фасоль консервированная	10				
	Сухарики из пшеничного хлеба	5				
	Масло растительное	5				
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая	90	9,80	2,01	10,20	98
АКТ 2020 г	Пюре картофельное с маслом	150/5	3,32	8,28	22,07	179
Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7	0,01		7,19	29
№348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	180	0,72	0,06	16,61	71
		20/20	0,37	0,03	11,90	50
			2,52	0,36	18,84	91
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)		17,99	17,14	78,75	550
	Итого:	615	64,19	17,99	17,14	78,75

СУББОТА						
ТТК 2023 г	Салат - бар	60	0,63	10,13	2,32	104
	Помидоры свежие порциями	20				
	Огурцы свежие порциями	20				
	Кукуруза консервированная	10				
	Масло растительное	10				
№ 243/2015г	Сосиски отварные с соусом "Переменка"	2 шт/100/10	10,10	4,80	11,75	131
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,46	35,94	207
Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/77	0,06	0,01	7,34	31
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	180	0,12	0,02	10,03	41
			0,09	0,02	8,69	36
		20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)		18,98	19,77	77,54	569
	Итого:	540	64,19	18,98	19,77	77,54

Начальник отдела по организации питания: 

Зав. производством: 

Калькулятор:

"Согласовано"

Директор
общеобразовательного учреждения

ДИРЕКТОР МБОУ
«Гимназия №1 г.Лайшево»
Э. И. АБУТДИНОВА

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питания
АО «Департамент продовольствия и
социального питания г. Казани»
А.К. Арапова

МЕНЮ

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ РТ (cook & skill) (МЛАДШИЕ)
с 28 по 2 сентября, 11 по 16 сентября, 25 по 30 сентября 2023 г.
Горячее бесплатное питание младшие

№ Сб.реци	1 неделя (СЕНТЯБРЬ)	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,56	6,16	7,78	94
	Морковь свежая порциями	20					
	Капуста белокочанная свежая порциями	20					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Котлеты Столичные	90		8,10	4,05	3,40	83
ТТК 2014 г	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5		6,66	9,02	41,91	276
	Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном и урюком	180/7/8/15		0,80	0,07	15,39	68
ТТК 2021 г	Напиток из замороженной чёрной смородины	180		0,09	0,04	9,64	40
				0,45	0,06	12,52	54
		25/25		2,52	0,36	18,84	91
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	535	64,19	19,29	19,65	84,45	598
	Итого:						
	ВТОРНИК						
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,56	8,72	5,73	117
	Свекла отварная (тёртая)	20					
	Морковь свежая порциями	20					
	Сыр	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		8,60	2,80	10,90	103
ТТК	Картофель запечённый	160		4,64	7,71	37,80	239
	Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/7		0,07	0,01	7,41	31
ТТК 2021 г	Напиток из шиповника	180		0,01		9,16	37
				0,04	0,01	8,29	34
АКТ 2019	Печенье весовое	1 шт/15		1,03	1,07	2,80	25
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	545	64,19	18,39	20,67	84,36	609
	СРЕДА						
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,55	6,12	6,63	89
	Помидоры свежие порциями	20					
	Капуста белокочанная свежая порциями	20					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Гуляш из филе грудок индейки	45/45		11,90	8,20	11,85	169
ТТК	Каша рисовая вязкая	150		2,30	4,13	23,94	142
	Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7		0,01		7,19	29
№ 348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	180		0,72	0,06	16,61	71
				0,37	0,03	11,90	50
		20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	610	64,19	19,00	19,20	81,98	583
	Итого:						
	ЧЕТВЕРГ						
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,30	6,19	6,60	88
	Помидоры свежие порциями	20					
	Огурцы свежие порциями	20					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
№ 243/2015г	Сосиски отварные с соусом "Переменка"	2 шт/100/10		10,10	4,80	11,75	131
ТТК 2014 г	Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	210

ЧЕТВЕРГ						
ТТК 2023 г	Салат - бар	60	1,30	6,19	6,60	88
	Помидоры свежие порциями	20				
	Огурцы свежие порциями	20				
	Кукуруза консервированная	10				
	Сухарики из пшеничного хлеба	5				
	Масло растительное	5				
№ 243/2015г	Сосиски отварные с соусом "Переменка"	2 шт/100/10	10,10	4,80	11,75	131
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,46	35,94	210
	Напитки на выбор:					
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31
ТТК 2021 г	Компот из замороженной вишни	180	0,10	0,03	10,41	43
			0,08	0,02	8,88	37
		20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)					
	Итого:	540	64,19	19,64	15,83	82,01

ПЯТНИЦА						
ТТК 2023 г	Салат - бар	60	1,62	6,10	6,92	90
	Помидоры свежие порциями	20				
	Огурцы свежие порциями	20				
	Фасоль консервированная	10				
	Сухарики из пшеничного хлеба	5				
	Масло растительное	5				
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша мясной	90	9,80	2,01	10,20	98
ТТК 2020 г	Пюре картофельное с маслом сливочным	160/5	3,54	8,59	23,53	188
	Напитки на выбор:					
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном и урюком	180/7/8/15	0,80	0,07	15,39	68
ТТК 2021 г	Напиток из замороженной чёрной смородины	180	0,09	0,04	9,64	40
			0,45	0,06	12,52	54
		1 шт/15	1,21	2,30	10,25	66
ТТК 2021 г	Печенье сдобное Шоколадное	25/25	2,52	0,36	18,84	91
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)					
	Итого:	560	64,19	19,14	19,42	82,26

СУББОТА						
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47
ТТК 2023 г	Салат - бар	60	0,45	10,06	1,42	99
	Помидоры свежие порциями	25				
	Огурцы свежие порциями	25				
	Масло растительное	10				
ТТК 2020 г	Пельмени "Для умников и умниц" с соусом "Переменка"	150/10	13,90	8,67	42,80	304
	Напитки на выбор:					
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7	0,01	0,01	7,20	29
№ 648/2004 г	Кисель из концентрата	180			11,79	47
			0,01	0,01	9,50	38
		20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)					
	Итого:	540	64,19	17,28	19,50	82,36

Начальник отдела по организации питания:
 Зав. производством:
 Калькулятор: