

"Согласовано"
 Директор
 общеобразовательного учреждения

"Утверждаю"
 Заместитель генерального директора
 по организации питания
 АО "Департамент продовольствия и
 социального питания г. Казани"
 А.К. Агапова



М Е Н Ю

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

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 белокачанная 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
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	25/25		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	535	64,19	19,29	19,65	84,45	598
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 белокачанная 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
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	610	64,19	19,00	19,20	81,98	583
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
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	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 минтая	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
ТТК 2021 г	Печенье сдобное Шоколадное	1 шт/15	1,21	2,30	10,25	66
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	25/25	2,52	0,36	18,84	91
	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
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	540	64,19	17,28	19,50	82,36

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

М Е Н Ю

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

2 неделя (СЕНТЯБРЬ)

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
ТТК 2023 г	Салат - бар	100		2,21	6,14	9,57	103
	Морковь свежая порциями	40					
	Капуста белокочанная свежая порциями	40					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2020 г	Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		4,6	4	5,23	75
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	180		6,77	5,36	43,13	248
ТТК 2021 г	Чай с сахаром и лимоном	180/7/7		0,07	0,13	7,40	31
Акт 2019 г	Печенье сдобное вкусное	2шт/30		2,1	2,1	5,1	47
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	25/25		3,15	0,45	23,55	114
	Итого:		64,19	18,90	18,18	93,98	618
ВТОРНИК							
ТТК 2023 г	Салат - бар	100		2,18	6,21	10,10	106
	Морковь свежая порциями	40					
	Капуста белокочанная свежая порциями	40					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2022 г	Котлеты Аппетитные с соусом томатным	80/10		11,2	4,45	18,5	158
Акт 2020 г	Пюре картофельное	180		3,94	5,59	26,43	175
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7		0,02	0,01	7,19	29
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	25/25		3,15	0,45	23,55	114
	Итого:		64,19	20,49	16,71	85,77	582
СРЕДА							
ТТК 2023 г	Салат - бар	100		1,69	6,18	7,21	92
	Помидоры свежие порциями	40					
	Огурцы свежие	40					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Плов с куриными грудками	50/200		17,01	15,11	38,20	370
ТТК 2021 г	Чай с сахаром и лимоном	180/7/5		0,05	0,01	7,35	31
ТТК 2021 г	Печенье весовое	1шт/15		1,03	2,07	11,12	67
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	25/25		3,15	0,45	23,55	114
	Итого:		64,19	22,93	23,82	87,43	674
ЧЕТВЕРГ							
ТТК 2023 г	Салат - бар	100		2,07	6,21	11,81	112
	Свекла отварная (тёртая)	40					
	Морковь свежая порциями	40					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Котлеты Домашние с соусом	90/10		8,39	7,66	9,72	143
ТТК 2014 г	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,48	50,25	291
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/7		0,07	0,01	7,41	31
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	25/20		2,9	0,4	21,3	103
	Итого:		64,19	21,38	20,76	100,49	680
ПЯТНИЦА							
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	70		0,28	0,28	6,86	34
ТТК 2023 г	Салат - бар	100		2,42	6,16	9,18	103
	Помидоры свежие порциями	40					
	Капуста белокочанная свежая порциями	40					

Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/7	0,07	0,01	7,41	31
ТТК 2022 г	Напиток из замороженной чёрной смородины	180	0,09	0,04	9,64	40
			0,08	0,03	8,53	36
-	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	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
			0,37	0,03	11,90	50
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	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	180/7/7	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
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	540	64,19	18,98	19,77	77,54

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор: