

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения



2 неделя  
ДЕКАБРЬ  
2023 г

"Утверждаю"

Заместитель и.о. заместителя  
по организации питания  
АО "Департамент продовольствия и  
социального питания г.Казани"  
А.К.Агапова



**М Е Н Ю**  
в столовых общеобразовательных школ г. КАЗАНИ  
с 11 по 16 декабря 2023 г  
с 25 по 30 декабря 2023 г \* СТ - ть 8,80

	Наименование блюд	Выход	стоимости	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>							
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
№ Рецеп тур							
309/2015, ТТК	Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>6,66</b>	<b>5,28</b>	<b>53,1</b>	<b>291</b>
<b>ВТОРНИК</b>							
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
202/2015	Каша Геркулесовая вязкая	130		3,5	5	17,3	129
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>4,27</b>	<b>5,16</b>	<b>32,04</b>	<b>194</b>
<b>СРЕДА</b>							
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
303/2015	Каша гречневая вязкая	130		2,83	3,75	17,82	116
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>3,60</b>	<b>3,91</b>	<b>32,56</b>	<b>181</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>							
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
202/2015	Каша полбяная вязкая	130		3,10	4,00	16,8	116
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>3,87</b>	<b>4,16</b>	<b>31,5</b>	<b>181</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>							
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
Сб..М:Дели, плюс2	Каша пшённая вязкая	130		3,70	4,30	21,00	138
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>4,47</b>	<b>4,46</b>	<b>35,74</b>	<b>203</b>
<b>СУББОТА</b>							
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
309/2015, ТТК	Макаронны отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>6,66</b>	<b>5,28</b>	<b>53,1</b>	<b>291</b>

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

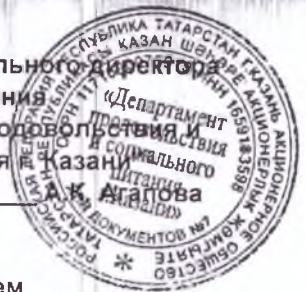
"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

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



МЕНЮ

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & skill)  
с 11 по 16 декабря, с 25 по 30 декабря 2023 г

2 неделя (ДЕКАБРЬ)

№ Сб.рей Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК  
КОМПЛЕКС № 1

№ 15/2015 г Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
№173/2015г Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	181
ТТК 2021 г Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,13	34
Вафли весовые	1 шт/20	0,78	6,12	12,5	108
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>12,56</b>	<b>16,40</b>	<b>442</b>

ВТОРНИК  
КОМПЛЕКС № 1

№ 338/2015г Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2019 г Макароны изделия отварные с сыром	150	8,99	8,21	32,12	239
ТТК 2021 г Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>11,66</b>	<b>9,48</b>	<b>397</b>

СРЕДА  
КОМПЛЕКС № 1

14/2015 Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66
ТТК 2019 г Блинчики со сгущённым молоком	2 шт/90/10	5,67	4,19	33,45	195
ТТК 2021 г Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
Батон	20	1,50	0,58	10,28	52
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>7,27</b>	<b>12,02</b>	<b>345</b>

ЧЕТВЕРГ  
КОМПЛЕКС № 1

№ 15/2015 г Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
№173/2015г Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5	5,85	5,61	30,78	204
ТТК 2021 г Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
Вафли весовые	1 шт/20	0,78	6,12	12,5	108
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>12,46</b>	<b>16,44</b>	<b>463</b>

ПЯТНИЦА  
КОМПЛЕКС № 1

№3/2015 г Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/10	4,96	10,78	15,5	180
№173/2015г Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,34	6,79	28,52	208
№ 648/2004 Кисель из концентрата	200			13,10	53
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>11,30</b>	<b>17,57</b>	<b>441</b>

СУББОТА  
КОМПЛЕКС № 1

ТТК 2019 г Блинчики со сгущённым молоком	2 шт/90/10	5,67	4,19	33,45	195
382/2015г Какао с молоком	200	3,97	2,10	25,16	145
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>9,64</b>	<b>6,29</b>	<b>340</b>

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

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением

в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & chill)

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

с 11 по 16 декабря, с 25 по 30 декабря 2023 г

### 2 - я неделя ДЕКАБРЬ

№ Сб.рей Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

#### ПОНЕДЕЛЬНИК

##### Комплекс № 1

ТТК 2021	Гуляш из птицы	40/40	11,73	12,3	2,67	168
304/2015	Рис отварной	150	3,8	5,4	40	224
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>16,30</b>	<b>17,82</b>	<b>57,3</b>	<b>457</b>

#### ВТОРНИК

##### Комплекс № 1

ТТК 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
309/2015	Спагетти отварные (м/слив.)	150	5,667	4,5	35,92	207
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>17,33</b>	<b>15,35</b>	<b>64,05</b>	<b>468</b>

#### СРЕДА

##### Комплекс № 1

ТТК 2021	Котлеты "Школьные"	90	11,46	9,9	9,6	172
ТТК 2016	Картофель запечённый (с паприкой)	130	3	7,1	24,6	175
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>15,23</b>	<b>17,15</b>	<b>48,85</b>	<b>412</b>

#### ЧЕТВЕРГ

##### Комплекс № 1

338/2015	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
243/2015	Сосиски отварные	1шт/50	5,2	10,1	0,4	113
ТТК 2016	Рагу овощное	150	2,813	7,594	16,78	148
348/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	200	0,8	0,06	18,5	79
ТТК	Печенье весовое	2шт/30	2,25	2,94	22,3	125
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>12,21</b>	<b>21,24</b>	<b>74,53</b>	<b>545</b>

#### ПЯТНИЦА

##### Комплекс № 1

ТТК 2020	Птица запечённая (цыплята)	80	21,36	19,2	0,711	261
303/2015	Каша гречневая вязкая	150	3,5	4,6	22,01	144
ТТК 2021	Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>25,75</b>	<b>24,01</b>	<b>40,62</b>	<b>485</b>

#### СУББОТА

##### Комплекс № 1

ТТК 2017	Пельмени "Для умников и умниц" отварные с соусом Перемнка	150/20	17,86	22,9	32,2	407
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	<b>Итого:</b>	<b>55,00</b>	<b>18,63</b>	<b>23,05</b>	<b>46,85</b>	<b>472</b>

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор:

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

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



### МЕНЮ

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением

в столовых общеобразовательных школ г. Казани (сook & skill)

с 11 по 16 декабря, с 25 по 30 декабря 2023 г

Горячее бесплатное питание младше

#### 2 неделя (ДЕКАБРЬ)

№ Сб.рей Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

##### ПОНЕДЕЛЬНИК

ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,88	4,31	16,4	112
	Капуста белокачанная	20					
	Морковь свежая	20					
	Фасоль консервированная	15					
	Масло растительное	5					
ТТК 2020 г	Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		9,56	10,42	9,23	169
№ 202/2015 г	Макаронные изделия отварные	140		5,27	4,17	33,55	193
№ 630/1996 г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	0,18	9,42	46
	<b>Итого:</b>	<b>528</b>	<b>66,80</b>	<b>17,98</b>	<b>19,08</b>	<b>76,59</b>	<b>552</b>

##### ВТОРНИК

№ 532/2013 г	Десерт фруктовый (яблоки)	60		0,24	0,24	5,88	28
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,59	6,1	8,6	93
	Капуста квашеная	25					
	Морковь свежая	20					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Жаркое из птицы	40/120		13,64	12,63	32,57	299
ТТК 2023 г	Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	0,18	9,42	46
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>66,80</b>	<b>17,52</b>	<b>19,21</b>	<b>74,93</b>	<b>545</b>

##### СРЕДА

ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,59	3,18	13,61	95
	Свекла отварная	20					
	Капуста белокачанная	20					
	Кукуруза консервированная	15					
	Масло растительное	5					
№ 243/2015 г	Сосиски отварные	2 шт/100		10,40	12,24	7,69	183
№ 303/2015	Каша гречневая вязкая	140		3,26	4,33	20,55	134
№ 701/2004	Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,43	52
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	0,18	9,42	46
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>66,80</b>	<b>16,60</b>	<b>20,03</b>	<b>63,70</b>	<b>510</b>

##### ЧЕТВЕРГ

№ 532/2013 г	Десерт фруктовый (яблоки)	60		0,24	0,24	5,88	28
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,88	4,31	16,4	112
	Капуста белокачанная	20					
	Морковь свежая	20					
	Фасоль консервированная	15					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Плов с говядиной	40/120		14,67	12,67	31,21	298
№ 630/1996 г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	0,18	9,42	46
	<b>Итого:</b>	<b>508</b>	<b>66,80</b>	<b>18,06</b>	<b>17,40</b>	<b>70,90</b>	<b>516</b>

**ПЯТНИЦА**

ТТК 2023 г	<b>Салат - бар</b>	60		1,88	6,08	9,4	100
	Капуста квашеная	25					
	Морковь свежая	20					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая	90		12,25	5,57	5,92	123
Акт 2020 г	Пюре картофельное	140		3,06	5,95	21,36	151
ТТК 2023 г	Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	0,18	9,42	46
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>66,80</b>	<b>19,24</b>	<b>17,84</b>	<b>64,56</b>	<b>499</b>

**СУББОТА**

ТТК 2023 г	<b>Салат - бар</b>	60		0,82	4,35	7,2	71
	Огурцы солёные	40					
	Кукуруза консервированная	15					
	Масло растительное	5					
ТТК 2020 г	Пельмени "Для умников и умниц" с соусом "Переменка"	180/10		16,8	15,82	38,08	362
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>66,80</b>	<b>20,20</b>	<b>20,54</b>	<b>72,26</b>	<b>558</b>

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

Акционерное общество  
"ДЕПАРТАМЕНТ ПРОДОВОЛЬСТВИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ г.КАЗАНИ"  
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & chill)  
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани  
с 11 по 16 декабря, с 25 по 30 декабря 2023 г

2 -я неделя ДЕКАБРЬ

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016 Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5		6,5	11,30	1,10	132
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,5	6,1	10,42	108
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>1,77</b>	<b>6,07</b>	<b>11,91</b>	<b>111</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	14,5	1,9	220
ТТК 2021 Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
	<b>сред.</b>		<b>18,43</b>	<b>19,47</b>	<b>3,83</b>	<b>263</b>
ТТК2016 Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
ТТК2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
	<b>сред.</b>		<b>16,35</b>	<b>18,00</b>	<b>50,45</b>	<b>433</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
202/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	<b>сред.</b>		<b>4,87</b>	<b>4,76</b>	<b>26,14</b>	<b>167</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,10</b>	<b>0,01</b>	<b>9,64</b>	<b>40</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>20,35</b>	<b>24,40</b>	<b>88,38</b>	<b>663</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>27,30</b>	<b>30,63</b>	<b>67,90</b>	<b>660</b>

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2016 Салат с фасолью (фасоль к/с, морковь отвар., огурцы солён., м/рас)	80		2,44	6,7	6,8	98
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2	6,2	8,5	99
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
зелёный горошек консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>2,76</b>	<b>4,55</b>	<b>10,13</b>	<b>94</b>
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
260/2015 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
	<b>сред.</b>		<b>14,36</b>	<b>13,51</b>	<b>5,01</b>	<b>199</b>
ТТК2022 Курица по-французски	200		18,9	32,1	18,8	441
ТТК2023 Жаркое из птицы	50/150		16,2	15,8	22	296
	<b>сред.</b>		<b>18,90</b>	<b>32,10</b>	<b>18,80</b>	<b>441</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	<b>сред.</b>		<b>5,21</b>	<b>6,68</b>	<b>36,45</b>	<b>228</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	<b>сред.</b>		<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,80</b>	<b>40</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	<b>Итого с самост. бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,61</b>	<b>36,92</b>	<b>52,86</b>	<b>643</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,28</b>	<b>25,01</b>	<b>75,51</b>	<b>629</b>

№Сб. реп. **3-ий день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2021 Салат Прага (филе куриное, морковь, огурцы солёные, яйцо, соус Перем)	70		4,4	8,30	1,3	98
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2,2	6,2	10,9	109
капуста свежая	40					
свекла отварная	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	<b>сред.</b>		<b>2,35</b>	<b>6,65</b>	<b>9,38</b>	<b>108</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гречками	250/10		7	6,3	26,4	191
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2021 Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,3	3,20	209
ТТК 2020 Рыба запеченная	75		17,30	9,90	3,3	171
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>14,03</b>	<b>15,00</b>	<b>3,83</b>	<b>206</b>
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	150		18,00	29,40	24,70	438
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	160/15		19	20,9	34,1	401
	<b>сред.</b>		<b>18,50</b>	<b>25,15</b>	<b>29,40</b>	<b>420</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	<b>сред.</b>		<b>4,53</b>	<b>5,63</b>	<b>26,71</b>	<b>175,7</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
648/2004 Напиток яблочный	200				13,1	53
	<b>сред.</b>		<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>10,62</b>	<b>44</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>22,77</b>	<b>32,05</b>	<b>63,52</b>	<b>639</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>22,82</b>	<b>27,53</b>	<b>64,65</b>	<b>601</b>



Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2021 Салат "Столичный" с соусом Переменка	75		4,97	12,09	5,0625	149
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>3,52</b>	<b>5,87</b>	<b>9,99</b>	<b>108</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
ТТК 2021 Шашлык куриный (с переменной, на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
	<b>сред.</b>		<b>15,50</b>	<b>12,76</b>	<b>4,16</b>	<b>192</b>
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
ТТК2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
	<b>сред.</b>		<b>11,05</b>	<b>10,65</b>	<b>49,30</b>	<b>339</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	<b>сред.</b>		<b>4,89</b>	<b>7,27</b>	<b>37,10</b>	<b>234</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>9,58</b>	<b>39</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост. бл</b>	<b>79,00</b>	<b>16,78</b>	<b>16,85</b>	<b>85,25</b>	<b>565</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>26,12</b>	<b>26,23</b>	<b>77,20</b>	<b>652</b>

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Флоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75		5,52	11,25	8,36	158
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2,21	6,1	9,6	103
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ТТК 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
	<b>сред.</b>		<b>3,61</b>	<b>7,46</b>	<b>10,82</b>	<b>126</b>
<b>1- ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	75/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2022 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90		24	21,6	0,8	294
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
	<b>сред.</b>		<b>15,87</b>	<b>14,03</b>	<b>5,08</b>	<b>209</b>
ТТК2023 Жаркое по- домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/20		27,3	8,5	37	338
	<b>сред.</b>		<b>18,80</b>	<b>9,70</b>	<b>29,30</b>	<b>282</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК2020 Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
	<b>сред.</b>		<b>4,77</b>	<b>5,22</b>	<b>30,50</b>	<b>189</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,05	13,4	58
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>		<b>0,28</b>	<b>0,03</b>	<b>11,80</b>	<b>50</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	<b>Итого с самост. бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,83</b>	<b>17,51</b>	<b>68,30</b>	<b>537</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>26,66</b>	<b>27,06</b>	<b>74,58</b>	<b>653</b>

Ланч декабрь 2 неделя

№Сб. рей **6 день**

**СУББОТА**

**ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК**

338/2015	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
тпк 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	150/20	17,9	22,9	32,2	407
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,3	11,25	55
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>20,86</b>	<b>23,82</b>	<b>65,4</b>	<b>568</b>

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор

