

"Согласовано"
Директор Общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

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

А.К.Атапова



М Е Н Ю

в столовых общеобразовательных школ г КАЗАНИ (cook & skill) (МЛАДШИЕ)

с 04 по 09 марта 2024 г

с 18 по 23 марта 2024 г

1 неделя (МАРТ)

	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
КОМПЛЕКС 1							
309/2015,ТТК ттк ОТ 2021г	Макароны отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,91	212
	Чай с сахаром,лимоном	200/8/7		0,1	0,02	8,42	73
	Хлеб ржано-пшеничный	27		1,35	2,7	12,15	60
	Итого:		9,20	7,05	7,79	56,48	345
ВТОРНИК							
КОМПЛЕКС 1							
Сб.,М:ДеЛи,плюс20 ттк ОТ 2021г	Каша пшённая вязкая	130		3,70	4,34	20,98	138
	Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	17		0,85	0,17	7,65	37
	Итого:		9,20	4,57	4,52	36,62	207
СРЕДА							
КОМПЛЕКС 1							
202/2015 ттк ОТ 2021г	Каша полбяная вязкая	130		3,10	4,00	16,8	116
	Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	17		0,85	0,17	7,65	37
	Итого:		9,20	3,97	4,18	32,48	185
ЧЕТВЕРГ							
КОМПЛЕКС 1							
202/2015 ттк ОТ 2021г	Каша Геркулесовая вязкая	130		3,48	5,04	17,34	129
	Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	17		0,85	0,17	7,65	37
	Итого:		9,20	4,35	5,22	32,98	198
ПЯТНИЦА							
КОМПЛЕКС 1							
309/2015,ТТК ттк ОТ 2021г	Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
	Чай с сахаром,лимоном	200/8/7		0,1	0,02	8,42	73
	Хлеб ржано-пшеничный	27		1,35	2,7	12,15	60
	Итого:		9,20	7,05	7,79	56,47	345
СУББОТА							
КОМПЛЕКС 1							
303/2015 ттк ОТ 2021г	Пюре из бобовых с маслом	150/3		1,76	0,33	3,68	25
	Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	Итого:		9,20	2,53	0,49	18,4	90

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

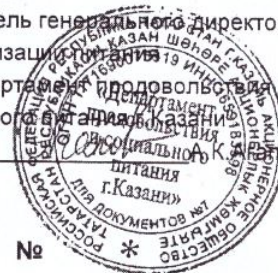
"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

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



МЕНЮ (СУПЫ)

в столовых общеобразовательных школ г. Казани
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №
с 4 по 9 марта, с 18 по 23 марта 2024 г

1 - я неделя МАРТ

№ Сб.реш Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

97/2015	Суп картофельный с гречками	250/15	3,92	5,4	28,76	179
Итого:		16,00	3,92	5,35	28,8	179

ВТОРНИК

88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мясными фрикадельками	200/5/11	3,23	6,3	7,51	100
Итого:		16,00	3,23	6,3	7,51	100

СРЕДА

96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/20	2,81	8,4	17,65	150
Итого:		16,00	2,81	8,40	17,7	150

ЧЕТВЕРГ

139/2004	Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11	7,52	6,9	19,46	171
Итого:		16,00	7,52	6,94	19	171

ПЯТНИЦА

82/2015	Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной, с мясными фрикадельками	200/5/11	3,42	6,56	12,48	123
Итого:		16,00	3,42	6,56	12,5	123

СУББОТА

101/2015	Суп картофельный с рисом, с мясными фрикадельками	250/11	3,343	3,7	14,13	103
Итого:		16,00	3,34	3,70	14,1	103

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

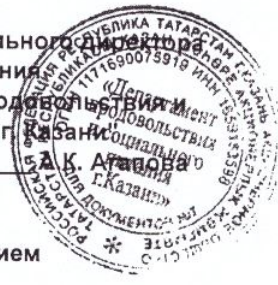
"Согласовано"

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 4 по 9 марта, с 18 по 23 марта 2024 г

1 неделя (МАРТ)

Сб.пец	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
КОМПЛЕКС № 1							
№ 15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
№ 173/2015 г	Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
	Вафли весовые	1 шт/21		0,82	6,43	13,12	114
	Батон	20		1,5	0,58	10,28	52
	Итого:		35,00	12,88	16,98	64,44	471
ВТОРНИК							
КОМПЛЕКС № 1							
№ 532/2013 г	Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,32	7,84	38
ТТК 2019 г	Макаронные изделия отварные с сыром	150		8,99	8,21	32,12	239
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
	Батон	20		1,5	0,58	10,28	52
	Итого:		35,00	10,87	9,12	58,37	363
СРЕДА							
КОМПЛЕКС № 1							
№ 173/2015 г	Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
ТТК 2019 г	Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/50/10		3,47	2,71	21,05	123
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
	Батон	20		1,5	0,58	10,28	52
	Итого:		35,00	9,70	8,39	75,03	422
ЧЕТВЕРГ							
КОМПЛЕКС № 1							
№ 15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
№ 173/2015 г	Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,92	5,56	25,06	181
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
	Печенье весовое	3 шт/45		3,10	6,21	33,3	201
	Батон	20		1,5	0,58	10,28	52
	Итого:		35,00	14,48	16,34	76,66	519
ПЯТНИЦА							
КОМПЛЕКС № 1							
ТТК 2019	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/10		4,96	10,78	15,5	180
№ 173/2015 г	Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с мас	150/5		4,66	5,32	25,37	175
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
	Итого:		35,00	9,64	16,10	48,85	387
СУББОТА							
КОМПЛЕКС № 1							
№ 173/2015 г	Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	5,61	30,78	204
ТТК 2019 г	Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/50/10		3,47	2,7	21,05	123
ТТК 2023 г	Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
	Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
	Итого:		35,00	11,29	9,07	75,39	437

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

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

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



**МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ
с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением**

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

для учащихся в столовой при школе №

с 4 по 9 марта, с 18 по 23 марта 2024 г

1 - я неделя МАРТ

№ Сб.рей	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Комплекс № 1							
ТТК2020	Птица запечённая (цыплята)	90		24	22,0	0,87	298
303/2015	Каша гречневая вязкая	150		3,5	4,6	22,01	144
ТТК 2023	Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
	Итого:		55,00	29,05	26,85	48,1	554
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/растит.)	180		6,7	6,1	43,1	254
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
	Итого:		55,00	18,62	17,00	73,48	526
СРЕДА							
Комплекс № 1							
ТТК 2020	Запеканка картофельная с мясом	180		13	16,5	24,9	298
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
	Итого:		55,00	13,77	16,65	39,55	363
ЧЕТВЕРГ							
Комплекс № 1							
ТТК 2023	Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК2016	Картофель запечённый	100		2,3	5,5	18,9	135
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
	Итого:		55,00	15,47	19,15	41,35	399
ПЯТНИЦА							
Комплекс № 1							
ТТК 2023	Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
303/2015	Каша полбяная вязкая	150		3,6	4,6	19,4	134
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
	Итого:		55,00	16,67	15,85	42,35	378
СУББОТА							
Комплекс № 1							
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
309/2015	Макаронные изделия отварные (м/растит.)	130		4,9	4,4	31,1	184
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
	Итого:		55,00	16,07	24,65	46,55	475

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 г. Казани (cook & chill)

с 4 по 9 марта, с 18 по 23 марта 2024 г

Горячее бесплатное питание младшие

1 неделя (МАРТ)

№ Сб.реп	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
ТТК 2022 г	Котлеты "Аппетитные" мясо - куриные	90		13,79	10,4	7,99	181
№ 303/2015	Рис отварной	150		2,3	3,4	38,6	194
№630/1996г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
	Вафли весовые	1 шт/21		0,82	6,40	13,12	113
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
	Итого:	509	66,80	19,45	20,56	86,54	609
ВТОРНИК							
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,31	0,32	7,84	35
ТТК 2023 г	Жаркое по - домашнему	40/160		11,24	14,5	28,83	291
ТТК 2023 г	Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	78
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
	Итого:	520	66,80	14,87	15,24	73,97	493
СРЕДА							
№ 52/2015 г	Салат из свеклы отварной с маслом	60		0,85	3,65	5,01	56
ТТК 2021 г	Гуляш из птицы	45/45		11,07	10,30	2,95	149
№ 202/2015 г	Макаронные изделия отварные	150		5,64	5,40	35,94	215
№630/1996г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
	Итого:	548	66,80	20,10	19,71	70,73	541
ЧЕТВЕРГ							
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,31	0,32	7,84	35
ТТК 2021 г	Плов с птицей	40/160		15,44	19,29	45,88	419
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	33
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
	Итого:	533	66,80	18,33	19,98	80,70	576
ПЯТНИЦА							
ТТК 2023 г	Ёжики рыбные с рисом и овощами	60/30		11,4	8,6	15,04	183
Акт 2020 г	Пюре картофельное	150		3,28	6,1	26,1	172
№ 70/2015 г	Овощи натуральные солёные (огурцы) (доп. гарнир)	25		0,2	0,02	0,42	3
№630/1996г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
	Итого:	513	66,80	17,42	15,08	68,39	479
СУББОТА							
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,31	0,32	7,84	35
ТТК 2020 г	Пельмени "Для умников и умниц" отварные с маслом	150/5		14,2	12,6	27,4	280
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	33
	Печенье весовое	2 шт/30		2,07	4,14	22,23	134
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
	Итого:	518	66,80	19,16	17,43	84,45	571

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"



И.А. Катапова

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 4 по 9 марта, с 18 по 23 марта 2024 г

1 - я неделя МАРТ

№Сб.пеу 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	50		2,1	5,7	4,76	79
капуста цветная отварная	40					
соль	0,1					
фасоль красная консервиров.	25					
масло растительное	5					
	сред.	2,90	3,67	9,65	84	
1-ЫЕ БЛЮДА						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Котлеты Appetitные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,9	212
ТТК 2013 Гуляш из индейки	45/45		9,00	11,30	1,9	146
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
	сред.	15,80	16,94	2,72	226,4	
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	305
	сред.	11,10	13,30	34,50	305	
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.	4,87	4,76	26,14	167	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.	0,07	0,01	9,58	39,0	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с	79,00	16,59	17,34	72,57	519
	самост.бл	79,00	26,16	25,73	66,93	607
	Итого-					

№Сб. пер 2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с)	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	80		2,7	6,6	6,9	98
свекла отварная	45					
кукуруза консервирован.	25					
сыр	5					
масло растительное	5					
	сред.		3,10	3,97	10,37	90
1-ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2019 Голень запечённая	80		18,20	18,40	0,50	241
ТТК2022 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/8/8		19,8	14,2	3,2	221
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
	сред.		15,32	14,73	3,88	210
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448
ТТК2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160		11,2	12,4	28,8	273
	сред.		16,95	15,10	38,95	361
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.		5,24	6,45	36,45	226
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,87	41,00
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с					
	самост.бл	79,00	22,03	19,33	73,31	560
	юдом-					
	Итого-	79,00	25,63	25,41	74,69	635

№Сб. пр. 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	60		6,8	10,8	1,3	130
яйцо варёное вкрутую	1/40					
зелёный горошек консервиров.	15					
масло растительное	5					
	сред.		4,47	5,37	8,50	101,0
1-ые БЛЮДА						
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2021 Гуляш из птицы	45/45		13,2	13,8	3,00	189
ТТК 2020 Рыба запеченая	75		17,30	9,90	3,3	171
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		13,09	13,43	4,18	190
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом	200		14,5	18,2	27,647	331
	сред.		14,47	18,24	27,65	331
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,87	4,76	26,14	167
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
648/2004 Напиток яблочный	200				13,1	53
	сред.		0,00	0,00	10,55	43
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с самост.бл юдом-	79,00	20,83	23,85	60,83	542
	Итого-	79,00	24,31	23,80	63,49	568

№Сб. реп **4 день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2023 Салат-бар	55		2,2	5,8	4,75	74
капуста брокколи отварная	25					
фасоль красная консервиров.	25					
соль	0,12					
масло растительное	5					
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
	сред.		2,93	3,70	9,65	82
1- ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гречками	250/10		7	6,3	26,4	191
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
	сред.		19,37	16,63	3,97	242
ТТК 2020 Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448
ТТК 2021 Плов с птицей	40/160		15,5	19,3	46	426
	сред.		19,10	18,55	47,55	437
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
	сред.		4,97	6,72	39,84	240
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,01	0,00	9,10	37
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с					
	самост.бл	79,00	24,56	22,61	85,14	647
	юдом-					
	Итого-	79,00	29,79	27,41	81,40	692

№Сб. рел **5 день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	75		2,7	6,6	6,9	98
свекла отварная	45					
кукуруза консервирован.	25					
масло растительное	5					
	сред.		3,10	3,97	10,37	90
1-ые БЛЮДА						
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2021 Шашлык куриный (на шампуре)	80		13,7	14,0	1,00	184
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2020 Ёжики рыбные с рисом и овощами	60/30		9,57	10,4	9,23	169
ТТК2022 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		12,86	13,69	4,07	190
	сред.		0,00	0,00	0,00	0
ГАРНИРЫ						
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
ТТК2021 Пюре картофельное	150		4	5,6	26,4	175
	сред.		5,00	5,52	31,97	199
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	сред.		0,40	0,03	13,25	56
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с самост.бл юдом-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого-	79,00	23,25	23,46	73,79	603

Ланч МАРТ 1 неделя

№Сб. реп 6 день

СУББОТА

Наименование блюд

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)

ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом

389/2015 Сок в ассортименте разливной 1л

Хлеб ржано-пшеничный

выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
90		0,4	0,4	8,8	42
180/5		21,4	17,9	37,733	398
200		1,35	0,27	12,15	59
30		1,5	0,3	13,5	66
Итого-	79,00	24,65	18,87	72,18	565

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

