

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения



1 неделя
НОЯБРЬ
2023 г

"Утверждаю"

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

М Е Н Ю

в столовых общеобразовательных школ г КАЗАНИ

6 по 11 ноября 2023 г

ст - ть 8,80

с 20 по 25 ноября 2023 г

	Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	КОМПЛЕКС 1						
309/2015, ТТК	Макароны 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
	Итого:		8,80	6,66	5,28	53,05	291
	ВТОРНИК						
	КОМПЛЕКС 1						
Сб., М. ДеЛи, плюс2	Каша пшённая вязкая	150		4,23	5,01	24,24	159
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
	Итого:		8,80	5,00	5,17	38,98	224
	СРЕДА						
	КОМПЛЕКС 1						
202/2015	Каша полбяная вязкая	150		3,64	4,61	19,4	134
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
	Итого:		8,80	4,41	4,77	34,13	199
	ЧЕТВЕРГ						
	КОМПЛЕКС 1						
202/2015	Каша Геркулесовая вязкая	150		4	5,8	20	148
ттк ОТ 2021г	Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Итого:		8,80	5,02	6,01	36,99	224
	ПЯТНИЦА						
	КОМПЛЕКС 1						
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
	Итого:		8,80	6,66	5,28	53,05	291
	СУББОТА						
	КОМПЛЕКС 1						
303/2015	Каша гречневая вязкая	150		3,27	4,33	20,56	134
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
	Итого:		8,80	4,04	4,49	35,3	199

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

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & skill)
с 6 по 11 ноября, 20 по 25 ноября 2023 г

1 неделя (НОЯБРЬ)

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК КОМПЛЕКС № 1							
№3/2015 г	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/15/10		5,9	11,96	12,93	184
№173/2015г	Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
ТТК 2023 г	Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
	Итого:		35,00	13,30	18,00	64,45	483
ВТОРНИК КОМПЛЕКС № 1							
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2019 г	Макаронные 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	25		1,87	0,72	12,85	66
	Итого:		35,00	11,36	9,41	64,71	393
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, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
	Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
	Итого:		35,00	7,68	12,17	54,51	361
ЧЕТВЕРГ КОМПЛЕКС № 1							
№ 15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
14/2015	Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
№173/2015г	Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,92	5,56	25,06	181
ТТК 2023 г	Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
	Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
	Итого:		35,00	12,99	17,73	59,02	458
ПЯТНИЦА КОМПЛЕКС № 1							
№ 1/2015 г	Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,37	11,74	15,54	178
№173/2015г	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, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
	Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
	Итого:		35,00	7,87	23,19	61,54	495
СУББОТА 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	30		2,25	0,87	15,42	79
	Итого:		35,00	8,02	12,31	56,93	372

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 6 по 11 ноября, с 20 по 25 ноября 2023 г

1 - я неделя НОЯБРЬ

№ Сб.пр. Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

Комплекс № 1

ттк 2023	Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
ттк2014	Макаронные изделия отварные (м/слив.)	150	5,667	4,5	35,92	207
ттк 2021	Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46
	Хлеб пшеничный (белый)	30	2,28	0,24	14,8	71
	Итого:	55,00	20,49	18,26	69,6	523

ВТОРНИК

Комплекс № 1

ттк 2021	Шашлык из куриных грудок (с Переменкой, на шампуре)	60	11,4	11,5	0,77	151
ттк2016	Рис отварной	100	2,6	3,6	26,7	150
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	14,77	15,24	42,12	366

СРЕДА

Комплекс № 1

ттк 2020	Залежанка картофельная с мясом, маслом	170/5	12,3	19,2	23,5	315
ттк 2021	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,07	0,01	8,1	34
	Хлеб пшеничный (белый)	30	2,28	0,24	14,8	71
	Итого:	55,00	14,65	19,45	46,36	420

ЧЕТВЕРГ

Комплекс № 1

ттк2020	Цыплята запечённые	90	24,03	21,6	0,8	294
ттк2016	Рагу овощное	100	1,9	5,1	11,2	99
ттк2023	Напиток из урюка	200	0,80	0,06	18,50	79
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
	Итого:	55,00	27,73	26,96	39,50	516

ПЯТНИЦА

Комплекс № 1

ттк 2023	Котлеты мясо-картофельные	90	12,3	11,1	8,3	179
ттк2016	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ттк 2023	Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	Итого:	55,00	17,37	16,85	53,06	433

СУББОТА

Комплекс № 1

243/2015	Сосиски отварные	2шт/100	10	4,6	11,5	127
ттк2014	Спагетти отварные (с м/раст.)	180	6,722	6,1	43,1	254
ттк 2021	Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
	Хлеб пшеничный (белый)	30	2,28	0,24	14,8	71
	Итого:	55,00	19,01	10,94	79,56	493

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

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & skill)

с 6 по 11 ноября, с 20 по 25 ноября 2023 г

Горячее бесплатное питание младшие

1 неделя (НОЯБРЬ)

№ Сб.реп	Наименование продуктов	Выход	Стри-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,88	6,08	13,1	115
	Капуста белокачанная	20					
	Морковь свежая	20					
	Фасоль консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
Акт 2021 г	Грудка куриная в томатном соусе	45/45		10,45	6,5	3,27	113
№ 303/2015	Каша рисовая вязкая	140		3,25	3,14	35,24	182
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	518	66,80	16,85	16,80	69,02	488
ВТОРНИК							
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,32	7,84	38
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,59	6,1	6,91	90
	Капуста квашеная	20					
	Морковь свежая	20					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Жаркое по - домашнему	40/120		8,64	7,5	21,63	189
ТТК 2021 г	Напиток из урюка	200		2,86	2,06	20,34	111
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	52
	Итого:	520	66,80	14,66	17,06	66,14	480
СРЕДА							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,59	6,16	8,16	95
	Свекла отварная	20					
	Капуста белокачанная	20					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Гуляш из куриных грудок	45/45		11,85	6,32	3,69	119
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	140		5,39	6,65	29,98	201
ТТК 2023 г	Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,40	51
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	52
	Итого:	510	66,80	20,18	20,31	63,65	518
ЧЕТВЕРГ							
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,32	7,84	38
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,88	6,08	7,76	94
	Капуста квашеная	20					
	Морковь свежая	20					
	Фасоль консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Плов с говядиной	40/120		12,20	10,60	30,65	267
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	528	66,80	15,67	18,08	63,66	477

ПЯТНИЦА						
ТТК 2023 г	Салат - бар	60	1,59	6,1	7,25	91
	Капуста белокачанная	20				
	Морковь свежая	20				
	Зеленый горошек консервированный	10				
	Сухарики из пшеничного хлеба	5				
	Масло растительное	5				
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая	90	9,8	2,01	10,2	98
Акт 2020 г	Пюре картофельное	140	3,06	4,35	20,56	136
ТТК 2023 г	Напиток из урюка	200	2,86	2,06	20,34	111
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	510	66,80	18,56	15,60	67,77

СУББОТА						
ТТК 2023 г	Салат - бар	60	1,35	6,17	6,78	89
	Огурцы солёные	40				
	Кукуруза консервированная	10				
	Сухарики из пшеничного хлеба	5				
	Масло растительное	5				
ТТК 2020 г	Пельмени "Для умников и умниц" отварные переменка	180/10	16,2	10	44	320
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06		8,14	34
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	503	66,80	20,13	16,53	77,76

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.Арапова

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 6 по 11 ноября, с 20 по 25 ноября 2023 г

1 - я неделя НОЯБРЬ

№СБ.рей 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№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					
	сред.		1,79	6,10	12,57	114
1-ЫЕ БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
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 Грудка куриная в томатном соусе	45/45		8,9	9,5	3,3	135
	сред.		13,83	12,50	4,33	185
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	150		18,00	29,40	24,70	438
ТТК 2019 Рыбный киш	170		24,40	30,20	34,60	600
	сред.		17,83	24,30	31,27	448
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	259
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	120		4,68	4,32	10,56	96
	сред.		5,07	5,45	32,02	197
НАПИТКИ						
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
	сред.		0,10	0,01	9,64	40,0
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с					
самост.бл		79,00	21,61	30,66	67,61	670
юдом-						
Итого-		79,00	22,68	24,31	72,69	603

№Сб. рег 2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№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 Салат-бар	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					
	сред.		2,78	4,57	10,63	96
1-ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушён.)	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
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
ТТК2022 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
	сред.		14,57	13,95	4,02	200
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	160/20		19	23,7	34,3	427
ТТК2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
	сред.		14,65	17,30	27,95	327
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.		5,21	6,68	36,45	228
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	сред.		0,06	0,02	9,80	40,00
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,98	79
Итого с						
самост. бл	79,00	19,63	22,21	64,78	542	
юдом-						
Итого-	79,00	24,76	25,54	77,28	612	

№Сб. рец.

3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
ТТК 2021 Салат Прага (филе куриное, морковь, огурцы солен., яйцо, соус Перем)	70		4,4	8,30	1,3	98
ТТК 2023 Салат-бар	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
	сред.		2,37	6,67	9,88	110
1- ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2022 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
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.		14,57	14,75	4,05	207
ТТК 2017 Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5		13	20,0	24,9	331
	сред.		20,50	14,70	33,70	351
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК2016 Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,53	5,63	26,71	176
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	79,00	24,76	21,62	68,26	572
	юдом-					
	Итого-	79,00	23,35	27,30	65,31	604

№Сб. реп **4 день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 Салат-бар	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					
ТТК 2021 Салат "Столичный" с соусом Переменка	75		4,97	12,09	5,0625	149
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		3,52	5,87	9,99	108
1-ые БЛЮДА						
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
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,20	209
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
	сред.		18,53	16,60	3,83	238
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
ТТК 2021 Плов с куриными грудками	50/150		18,9	22,1	40	442
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	150		0,00	0,00	0,00	0,00
	сред.		12,33	12,40	29,33	281
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2020 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
	сред.		5,09	6,06	39,18	233
НАПИТКИ						
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
	сред.		0,10	0,01	9,64	40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с					
самост. бл	79,00	17,84	18,53	63,09	497	
юдом-						
Итого-	79,00	29,11	28,80	76,77	687	

№Сб. реп **5 день**

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
612/2004 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
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 Салат-бар	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					
	сред.		2,63	7,36	10,82	121
1- ые БЛЮДА						
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10		2,04	6,7	12,66	119
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с перемешкой, на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2022 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2020 Биточки рыбные из минтая	90		6,2	5,9	5,9	135
	сред.		12,98	11,76	4,07	180
ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
	сред.		28,00	9,40	42,50	371
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		4,79	6,72	29,90	200
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с					
	самост. бл	79,00	32,55	17,01	76,61	598
	юдом-					
	Итого-	79,00	22,32	26,09	68,09	606

Ланч ноябрь 1 неделя

№Сб. рег 6 день

СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

338/2015	Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
ткк2014	Спагетти отварные (с м/сливоч.)	180	6,77	5,4	43,14	248
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
	Итого-	79,00	20,50	26,51	81,39	655

Начальник отдела по организации питания /
 Зав. производством
 Калькулятор