

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

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

А.К.Агалова

МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ г КАЗАНИ

с 13 по 18 ноября 2023 г

ст - ть 8,80

с 27 ноября по 2 декабря 2023 г

2 неделя
НОЯБРЬ
2023 г

| № Рецептуры | Наименование блюд | Выход | стоимость | Белки | Жиры | Углев. | Ккал |
|--------------------|-----------------------------------|---------|-------------|---------------|-------------|--------------|------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | | | |
| 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 | 53,1 | 291 |
| ВТОРНИК | | | | | | | |
| 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 |
| СРЕДА | | | | | | | |
| 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 | 35,30 | 199 |
| ЧЕТВЕРГ | | | | | | | |
| 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 | 4,4129 | 4,77 | 34,1 | 199 |
| ПЯТНИЦА | | | | | | | |
| 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 |
| СУББОТА | | | | | | | |
| 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 | 53,1 | 291 |

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 13 по 18 ноября, с 27 ноября по 2 декабря 2023 г

2 неделя (НОЯБРЬ)

№ 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 2023 г | Напиток из замороженной черной смородины | 200 | 0,10 | 0,04 | 10,71 | 44 | |
| | Вафли весовые | 1 шт/20 | 0,78 | 6,12 | 12,5 | 108 | |
| | Батон | 25 | 1,87 | 0,72 | 12,85 | 66 | |
| | Итого: | | 35,00 | 12,60 | 16,43 | 61,11 | 452 |

ВТОРНИК

КОМПЛЕКС № 1

| | | | | | | | |
|-------------|-------------------------------------|---------|--------------|--------------|-------------|--------------|------------|
| № 532/2013г | Десерт фруктовый (яблоки) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | |
| 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 | 25 | 1,87 | 0,72 | 12,85 | 66 | |
| | Итого: | | 35,00 | 11,32 | 9,34 | 62,90 | 386 |

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 | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79 | |
| | Итого: | | 35,00 | 8,02 | 12,31 | 56,93 | 372 |

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 гречневой крупы с маслом | 150/5 | 5,85 | 5,61 | 30,78 | 204 | |
| 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 | 11,80 | 17,58 | 51,84 | 423 |

ПЯТНИЦА

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 геркулесовой крупы с маслом | 150/5 | 6,34 | 6,79 | 28,52 | 208 | |
| № 701/2004 | Напиток яблочный | 200 | 0,10 | 0,10 | 12,43 | 52 | |
| | Итого: | | 35,00 | 12,34 | 18,85 | 53,88 | 444 |

СУББОТА

КОМПЛЕКС № 1

| | | | | | | | |
|-------------|--|---------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| № 15/2015 г | Сыр порциями | 15 | 3,94 | 3,99 | | 53 | |
| №173/2015г | Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом | 150/5 | 6,6 | 5,98 | 33,06 | 220 | |
| ТТК 2023 г | Напиток из вишни | 200 | 0,12 | 0,03 | 11,57 | 48 | |
| | Печенье весовое | 3 шт/45 | 3,10 | 6,21 | 33,3 | 201 | |
| | Батон | 25 | 1,87 | 0,72 | 12,85 | 66 | |
| | Итого: | | 35,00 | 15,63 | 16,93 | 90,82 | 588 |

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 13 по 18 ноября, с 27 ноября по 2 декабря 2023 г

2 - я неделя НОЯБРЬ

| № Сб.рей | Наименование продуктов | Выход | Стои-ть | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---------------------|--|---------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | | | |
| Комплекс № 1 | | | | | | | |
| ТТК 2021 | Гуляш из филе куриных грудок | 45/45 | | 13,2 | 13,8 | 3,00 | 189 |
| ТТК 2016 | 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 | 20 | | 1 | 0,2 | 9,0 | 44 |
| | Итого: | | 55,00 | 18,02 | 19,40 | 59,9 | 489 |
| ВТОРНИК | | | | | | | |
| Комплекс № 1 | | | | | | | |
| ТТК 2022 | Ёжики мясные с рисом в соусе томатном | 60/40 | | 4,6 | 4,0 | 5,23 | 75 |
| ТТК 2014 | Спагетти отварные (с м/сливоч.) | 180 | | 6,722 | 6,1 | 43,1 | 254 |
| 389/2015 | Сок в ассортименте разливной 1л | 200 | | 1,35 | 0,27 | 12,15 | 59 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 25 | | 1,25 | 0,25 | 11,3 | 55 |
| | Итого: | | 55,00 | 13,92 | 10,62 | 71,73 | 443 |
| 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 |
| | Итого: | | 55,00 | 15,23 | 17,15 | 48,85 | 412 |
| ЧЕТВЕРГ | | | | | | | |
| Комплекс № 1 | | | | | | | |
| 243/2015 | Сосиски отварные | 2шт/100 | | 10,4 | 20,2 | 0,8 | 226 |
| ТТК 2016 | Рагу овощное | 120 | | 2,28 | 6,12 | 13,44 | 119 |
| ТТК 2021 | Чай с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,07 | 0,01 | 8,1 | 34 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 20 | | 1 | 0,2 | 9,0 | 44 |
| | Итого: | | 55,00 | 13,75 | 26,53 | 31,34 | 423 |
| ПЯТНИЦА | | | | | | | |
| Комплекс № 1 | | | | | | | |
| ТТК 2020 | Цыплята запечённые | 90 | | 24,03 | 21,6 | 0,8 | 294 |
| ТТК 2016 | Каша гречневая вязкая | 180 | | 4,2 | 5,6 | 26,41 | 173 |
| 648/2004 | Кисель из концентрата | 200 | | | | 13,1 | 53 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 20 | | 1 | 0,2 | 9,0 | 44 |
| | Итого: | | 55,00 | 29,23 | 27,37 | 49,31 | 564 |
| СУББОТА | | | | | | | |
| Комплекс № 1 | | | | | | | |
| ТТК 2017 | Пельмени "Для умников и умниц" отварные с соусом Перемяк | 160/15 | | 19,00 | 21,0 | 34,1 | 401 |
| ТТК 2023 | Напиток из урюка | 200 | | 0,80 | 0,06 | 18,50 | 79 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 20 | | 1,25 | 0,25 | 11,3 | 55 |
| | Итого: | | 55,00 | 21,05 | 21,31 | 63,85 | 535 |

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 & skill)
 с 13 по 18 ноября, с 27 ноября по 2 декабря 2023 г
 Горячее бесплатное питание младшие

2 неделя (НОЯБРЬ)

| № Сб.рей | Наименование продуктов | Выход | Стои-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 | | | | | |
| ТТК 2023 г | Котлеты "Столичные" | 90 | | 8,1 | 4,05 | 3,4 | 83 |
| ТТК 2011 г | Макаронные изделия отварные | 140 | | 5,39 | 6,65 | 29,98 | 201 |
| №630/1996г | 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 | 16,64 | 17,86 | 63,89 | 477 |
| 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 из птицы (грудки куриные) | 40/120 | | 12,98 | 10,63 | 28,5 | 262 |
| 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: | 520 | 66,80 | 19,00 | 20,19 | 73,01 | 547 |
| 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 | | | | | |
| № 243/2015г | Сосиски отварные | 2 шт/100 | | 8,60 | 4,80 | 11,75 | 125 |
| Акт | Каша гречневая вязкая | 140 | | 3,26 | 4,33 | 22,18 | 134 |
| № 701/2004 | Напиток яблочный | 200 | | 0,10 | 0,10 | 12,43 | 51 |
| | Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 10/10 | | 1,25 | 1,08 | 9,42 | 46 |
| | Итого: | 520 | 66,80 | 14,80 | 16,47 | 63,89 | 451 |
| 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 |
| №630/1996г | 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 |

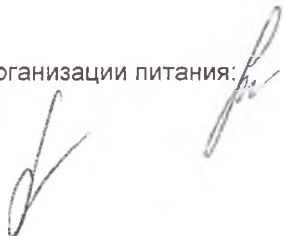
ПЯТНИЦА

| | | | | | | | |
|------------|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| 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 2020 г | Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном | 60/40 | 8,2 | 5 | 25,23 | 179 | |
| 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: | 520 | 66,80 | 16,96 | 18,59 | 82,80 | 563 |

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 | 534 |

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 13 по 18 ноября, с 27 ноября по 2 декабря 2023 г

2 - я неделя НОЯБРЬ

№Сб. пер 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 | | | | | | |
| 97/2015 Суп картофельный | 250 | | 2,52 | 3,0 | 19,8 | 117 |
| ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.) | 200/25/10/1 | | 5,8 | 5,6 | 6,86 | 102 |
| 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 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре) | 80 | | 15,2 | 15,3 | 1,07 | 201 |
| сред. | | 15,93 | 14,43 | 3,59 | 207 | |
| ТТК 2016 Лазанья с мясом | 200 | | 21,7 | 28,0 | 36,8 | 493 |
| ТТК 2018 Блины п/ф со сгущенным молоком | 4шт/180/15 | | 11 | 8 | 64,1 | 373 |
| сред. | | 16,35 | 18,00 | 50,45 | 433 | |
| 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 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, 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 юдом- | | 79,00 | 20,13 | 24,36 | 86,79 | 655 |
| Итого- | | 79,00 | 24,58 | 25,55 | 66,07 | 596 |

| 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, гречками, 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 | |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | |
| 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 | |
| | сред. | 14,36 | 13,51 | 5,01 | 199 | |
| ТТК2022 Грудки куриные по-французски | 200 | 18,9 | 32,1 | 18,8 | 441 | |
| ТТК2023 Жаркое из птицы (грудки куриные) | 50/150 | 16,2 | 15,8 | 22 | 296 | |
| | сред. | 18,90 | 32,10 | 18,80 | 441 | |
| 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 чёрный 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 | |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 15/15 | 1,89 | 0,25 | 14,13 | 68 | |
| | Итого с | 79,00 | 23,63 | 36,94 | 53,36 | 645 |
| | самост.бл | | | | | |
| | Итого- | 79,00 | 24,30 | 25,03 | 76,01 | 631 |

№Сб. по 3-ий день

| Наименование блюд | выход | стоимост | белки | жиры | углев. | ККАЛ |
|--|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | |
| 338/2015 Плоды свежие | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| ТТК 2021 Салат Прага (филе курин.,морковь,огурцы солён.,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. | | 2,35 | 6,65 | 9,38 | 108 |
| 1-ые БЛЮДА | | | | | | |
| ТТК2023 Бульон куриный с птицей,гренками, зеленью (сушён.) | 200/25/10/1 | | 5,8 | 5,6 | 6,86 | 102 |
| 102/2015 Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками | 250/11 | | 7,69 | 7,10 | 19,38 | 173 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | |
| 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 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. | | 14,03 | 15,00 | 3,83 | 206 |
| 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 | 160/20 | | 19 | 23,7 | 34,3 | 427 |
| | сред. | | 18,50 | 26,55 | 29,50 | 433 |
| ГАРНИРЫ | | | | | | |
| ТТК2016 Каша гречневая вязкая | 180 | | 4,2 | 5,6 | 26,41 | 173 |
| ТТК 2016 Картофель запечённый (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 | 175,7 |
| НАПИТКИ | | | | | | |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,05 | | 8,13 | 34 |
| 648/2004 Напиток яблочный | 200 | | | | 13,1 | 53 |
| | сред. | | 0,03 | 0,00 | 10,62 | 44 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 15/15 | | 1,89 | 0,25 | 14,13 | 68 |
| | Итого с | | | | | |
| | самост.бл | 79,00 | 22,77 | 33,45 | 63,62 | 652 |
| | Итого- | 79,00 | 22,82 | 27,53 | 64,65 | 601 |

| Наименование блюд | выход | стоимость | белки | жиры | углев. | ККАЛ |
|--|---|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | |
| 338/2015 Плоды 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 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 | | | | | |
| | 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 2023 Котлеты мясо-картофельные | 90 | | 12,3 | 11,1 | 8,3 | 179 |
| ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами | 90/30 | | 19 | 11,9 | 3,1 | 196 |
| ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре) | 80 | | 15,2 | 15,3 | 1,07 | 201 |
| | сред. | | 15,50 | 12,76 | 4,16 | 192 |
| ТТК 2021 Плов с говядиной | 40/120 | | 11,1 | 13,3 | 34,5 | 305 |
| ТТК2018 Блинчики п/ф со сгущённым молоком | 4шт/180/15 | | 11 | 8 | 64,1 | 373 |
| | сред. | | 11,05 | 10,65 | 49,30 | 339 |
| ГАРНИРЫ | | | | | | |
| ТТК2016 Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48 | 269 |
| ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,1 | 254 |
| ТТК2016 Рагу овощное | 180 | | 3,36 | 9,2 | 20,2 | 178 |
| | сред. | | 4,89 | 7,27 | 37,10 | 234 |
| НАПИТКИ | | | | | | |
| ТТК 2021 Чай чёрный 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 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 15/15 | | 1,89 | 0,25 | 14,13 | 68 |
| | Итого с самост. бл юдом- | 79,00 | 16,53 | 16,78 | 83,00 | 554 |
| | Итого- | 79,00 | 25,87 | 26,16 | 74,95 | 641 |

| Наименование блюда | 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 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 | | | | | |
| ТТК 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон) | 30/15/10 | | 6,3 | 12,1 | 15,50 | 197 |
| | сред. | | 3,61 | 7,46 | 10,82 | 126 |
| 1-ые БЛЮДА | | | | | | |
| ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушён.) | 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) запечённая с сыром | 70/5 | | 17,5 | 10,6 | 2,5 | 175 |
| ТТК 2022 Котлеты Столичные | 90 | | 12,4 | 13,5 | 7,8 | 199 |
| ТТК 2019 Птица запечённая (цыплята) | 100 | | 26,7 | 24,5 | 1 | 332 |
| ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном | 60/40 | | 9,57 | 10,4 | 9,23 | 169 |
| | сред. | | 16,54 | 14,76 | 5,13 | 219 |
| ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной) | 40/120 | | 10,3 | 10,9 | 21,6 | 226 |
| ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком | 5шт/105/30 | | 28 | 9,4 | 42,5 | 371 |
| | сред. | | 19,15 | 10,15 | 32,05 | 299 |
| 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 2020 Пюре картофельное | 180 | | 3,94 | 5,6 | 26,44 | 175 |
| | сред. | | 4,98 | 5,52 | 31,98 | 199 |
| НАПИТКИ | | | | | | |
| 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 |
| | сред. | | 0,28 | 0,03 | 11,80 | 50 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 15/15 | | 1,88 | 0,25 | 14,10 | 68 |
| | Итого с самост. бл юдом- | 79,00 | 24,93 | 17,89 | 68,80 | 542 |
| | Итого- | 79,00 | 27,30 | 28,02 | 73,86 | 661 |

Ланч ноябрь 2 неделя

№Сб. рел 6 день

СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

| | | | | | |
|---|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| 338/2015 Фрукты свежие | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| ткк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка | 160/15 | 19 | 23,7 | 34,3 | 427 |
| 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 |
| Итого- | 79,00 | 22,08 | 24,70 | 69,5 | 597 |

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

