

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения



2 неделя
ОКТАБРЬ
2023 г

"Утверждаю"

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

А.К.Агапова

МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ г КАЗАНИ

с 2 по 7 октября 2023 г

ст - ть 8,80

с 16 по 21 октября 2023 г

с 30 октября по 4 ноября 2023 г

№ Рецеп туры	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	15		0,75	0,15	6,75	33
	Итого:		8,80	6,41	5,23	50,8	280
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	15		0,75	0,15	6,75	33
	Итого:		8,80	4,77	5,96	34,74	213
СРЕДА							
КОМПЛЕКС 1							
303/2015	Каша гречневая вязкая	140		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	140		3,40	4,30	18,1	125
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	4,17	4,46	32,8	190
ПЯТНИЦА							
КОМПЛЕКС 1							
Об. М.Дели, плюс 2	Каша пшённая вязкая	140		3,95	4,68	22,62	148
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	4,72	4,84	37,36	213
СУББОТА							
КОМПЛЕКС 1							
309/2015, ТТК	Макаронны отварные (с мас.растит.)	140		5,23	4,73	33,51	198
ТТК ОТ 2021г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
	Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	Итого:		8,80	6,04	4,89	48,4	268

Начальник отдела по организации питания

Зав. производством:

Калькулятор:

[Handwritten signatures]

"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 2 по 7 октября, с 16 по 21 октября, с 30 октября по 5 ноября 2023 г

2 неделя (ОКТЯБРЬ)

№ 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	177
ТТК 2021 г Напиток из шиповника	180		0,01		9,16	37
Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Батон	26		1,95	0,75	13,36	68
Итого:		35,00	12,59	16,42	60,07	443

ВТОРНИК

КОМПЛЕКС № 1

№ 532/2013г Десерт фруктовый (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2019 г Макароны изделия отварные с сыром	150		7,9	7,01	38,2	254
ТТК 2023 г Напиток из вишни	180		0,11	0,03	10,41	43
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:		35,00	10,28	8,16	71,26	410

СРЕДА

КОМПЛЕКС № 1

14/2015 Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
ТТК 2019 г Блинчики со сгущенным молоком	2 шт/90/10		5,67	7,19	10,45	139
ТТК 2021 г Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Батон	36		2,7	1,04	18,5	94
Итого:		35,00	8,51	15,49	36,37	330

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	17,2	145
379/2015 Кофейный напиток с молоком	180		2,97	1,35	18,96	108
Батон	32		2,4	0,92	16,44	84
Итого:		35,00	15,16	11,87	52,60	390

ПЯТНИЦА

КОМПЛЕКС № 1

№ 532/2013г Десерт фруктовый (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
14/2015 Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
№173/2015г Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		7,8	10,22	36,52	269
ТТК 2021 г Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
Батон	20		1,50	0,58	10,28	52
Итого:		35,00	9,80	18,45	63,87	463

СУББОТА

КОМПЛЕКС № 1

№ 15/2015 г Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
№173/2015г Каша вязкая молочная из пшениной крупы с маслом	150/5		5,6	5,98	18,66	151
ТТК 2021 г Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Печенье весовое	4 шт/60		4,14	8,28	44,5	268
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		35,00	15,99	19,13	85,88	582

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
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 2 по 7 октября, с 16 по 21 октября 2023 г

2 - я неделя ОКТЯБРЬ

с 30 октября по 4 ноября 2023 г

№ Сб.рей	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Комплекс № 1							
ТТК 2021	Шашлык из куриных грудок (с Переменной, на шампуре)	70		13,3	13,4	0,90	176
ТТК 2016	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	16,67	17,15	42,3	391
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)	140		3,267	7,7	26,51	189
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	15,50	17,70	50,76	426
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
349/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	200		0,80	0,08	18,50	79
	Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
	Итого:		55,00	14,73	26,63	43,99	479
ПЯТНИЦА							
Комплекс № 1							
ТТК 2020	Цыплята запечённые	90		24,03	22,1	0,9	299
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	30		1,5	0,3	13,5	66
	Итого:		55,00	29,73	27,92	53,91	591
СУББОТА							
Комплекс № 1							
ТТК 2017	Пельмени "Для умников и умниц" отварные с соусом Перемянка	160/15		19,00	21,0	34,1	401
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1,25	0,25	11,3	55
	Итого:		55,00	20,26	21,25	55,55	497

Начальник отдела по организации питания: *on*

Зав. производством:

Калькулятор: *meaf*

"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 2 по 7 октября, с 16 по 21 октября, с 30 октября по 5 ноября 2023 г
 Горячее бесплатное питание младшие

2 неделя (ОКТАБРЬ)

№ Сб.рей	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,62	6,1	12,9	113
	Помидоры свежие порциями	20					
	Огурцы свежие порциями	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 2019 г	Макароны отварные с сыром	140		5,39	6,65	29,98	201
	Напитки на выбор:						
№630/1996г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
ТТК 2022 г	Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,10	0,04	10,70	44
				0,06	0,02	9,35	38
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	510	66,80	16,42	17,90	65,05	481
ВТОРНИК							
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		5,43	6,65	6,78	108
	Огурцы свежие порциями	20					
	Капуста белокочанная	20					
	Кукуруза консервированная	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
	Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
ТТК 2023 г	Напиток из вишни	200		0,12	0,90	30,80	131
				0,09	0,45	19,47	83
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	540	66,80	20,15	19,21	73,97	546
СРЕДА							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		2,53	6,1	15,07	125
	Свекла отварная	20					
	Морковь свежая порциями	20					
	Зеленый горошек консервированный	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 с маслом	140/5		3,31	7,95	20,59	167
	Напитки на выбор:						
№630/1996г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
№ 701/2004	Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,40	52
				0,06	0,01	10,20	42
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	525	66,80	15,75	19,94	67,03	505

ЧЕТВЕРГ

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,95	6,18	12,3	112
	Помидоры свежие порциями	20					
	Морковь свежая порциями	20					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Плов с говядиной	40/120		12,20	10,60	23,09	237
	Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
ТТК 2022 г	Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,10	0,04	10,70	44
				0,08	0,02	9,42	39
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	540	66,80	15,88	18,28	64,03	481

ПЯТНИЦА

ТТК 2023 г	Салат - бар	60		3,59	6,1	18	141
	Морковь свежая порциями	20					
	Капуста белокачанная	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	10,23	119
Акт 2020 г	Пюре картофельное	140		3,06	4,35	20,56	136
ТТК 2022 г	Сок	180		0,90	0,18	18,20	83
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	500	66,80	17,00	16,71	76,41	525

СУББОТА

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" отварные переменка	180/10		16,2	10	44	320
	Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
ТТК 2023 г	Напиток из вишни	200		0,12	0,90	30,80	131
				0,06	0,01	19,47	83
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	503	66,80	19,23	20,43	83,73	593

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 2 по 7 октября, с 16 по 21 октября 2023 г
 с 30 октября по 4 ноября 2023 г

2 - я неделя ОКТЯБРЬ

№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 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,1	97
помидоры свежие	40					
огурцы свежие	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.		1,63	6,13	11,80	110
1- ые БЛЮДА						
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
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	85/20		21,4	14,9	1,9	227
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с перемешкой, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
	сред.		16,97	15,20	3,63	217
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
ТТК2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
	сред.		15,70	20,67	46,03	434
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
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 черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,07	0,01	9,58	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
	Итого с самост.бл юдом-	79,00	19,92	27,17	86,24	675
	* Итого-	79,00	26,05	26,45	69,99	625

№СБ. рел **2 день**

Наименование блюд	выход	стоимост	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
тк 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,5	99
огурцы свежие	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
сред.			2,89	3,86	11,90	95
1- ЫЕ БЛЮДА						
тк2023 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
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
тк 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
тк 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
тк2022 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
сред.			14,86	14,10	5,09	207
тк2022 Грудки куриные по-французски	200		18,9	32,1	18,8	441
тк2023 Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,2	15,8	22	296
сред.			18,90	32,10	18,80	441
ГАРНИРЫ						
тк2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
тк2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
тк2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
сред.			5,21	6,68	36,45	228
НАПИТКИ						
тк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
тк2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
сред.			0,09	0,02	9,87	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
Итого с						
самост. бл		79,00	24,40	36,34	59,41	668
юдом-						
Итого-		79,00	25,57	25,02	82,14	662

№Сб. прей **3-ий день**

Наименование блюд	выход	стоимост	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 2023 Салат-бар	100		2,1	6,2	11,7	112
морковь свежая	40					
свекла отварная	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.		1,29	3,34	11,75	84
1-ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	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 филе куриных грудок	60/40		17,3	17,3	2,60	236
ТТК 2021 Рыба запеченая (филе)	90		20,8	11,9	3,9	205
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		15,58	16,00	3,83	221
ТТК2016 Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/20		20,2	21,7	36,1	422
	сред.		20,95	24,85	36,45	458
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	120		4,68	4,32	10,56	96
	сред.		4,97	6,30	28,54	189,8
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	20/20		2,52	0,4	18,84	91
Итого с						
самост. бл	79,00	24,79	28,55	77,66	676	
юдом-						
Итого-	79,00	24,38	26,00	73,57	629	

№Сб. пр. 4 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 2023 Салат-бар	100		1,9	6,2	9,7	105
помидоры свежие	40					
морковь свежая	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.		1,59	6,13	12,33	113
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	250/10		2,56	6,9	17,26	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
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 из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
	сред.		16,13	13,40	4,20	200
тТК 2021 Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
тТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
	сред.		15,75	23,32	31,23	400
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 черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
тТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,07	0,01	9,58	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
	Итого с					
	самост. бл	79,00	19,93	29,82	71,98	643
	юдом-					
	Итого-	79,00	25,21	27,16	82,05	677

№СБ. рел **5 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
ткк 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					
ткк 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
	сред.		3,00	6,23	12,30	119
1-ые БЛЮДА						
ткк2023 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	250/10		2,04	6,7	12,66	119
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ткк 2021 Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	90/10		17,6	10,9	3,6	183
ткк 2022 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ткк 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
ткк 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
	сред.		16,57	14,83	5,41	221
ткк2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
ткк2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
	сред.		19,15	10,15	32,05	299
ГАРНИРЫ						
ткк2016 Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	291
ткк2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ткк2021 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
	сред.		6,23	5,82	39,93	238
НАПИТКИ						
ткк 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,1	13,4	58
ткк 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,28	0,03	11,80	50
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
	Итого с					
	самост.бл	79,00	24,95	16,76	74,99	558
	юдом-					
	Итого-	79,00	28,59	27,27	88,28	718

ЛАНЧ ОКТЯБРЬ 2 неделя

№Сб. рейс 6 день

СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

338/2015	Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,76	56
ттк 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	170/20	20,2	21,7	36,2	422
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	23,28	22,70	71,4	592

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор


