

"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**

**В столовых общеобразовательных школ г.КАЗАНИ**

**2 неделя  
СЕНТЯБРЬ  
2023 г**

**с 4 по 9 сентября 2023 г  
с 18 по 23 сентября 2023 г**

**ст - ть 8,80**

№ Рецептуры	Наименование блюд	Выход	тоимост	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>							
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
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	150		4	5,8	20	148
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
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>4,81</b>	<b>5,96</b>	<b>34,90</b>	<b>216</b>
<b>СРЕДА</b>							
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
303/2015	Каша гречневая вязкая	150		3,5036	4,6393	22,03	144
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>4,80</b>	<b>36,77</b>	<b>209</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>							
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
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
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>4,4129</b>	<b>4,77</b>	<b>34,1</b>	<b>199</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>							
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
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	20		1	0,2	9	44
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>5,25</b>	<b>5,22</b>	<b>41,23</b>	<b>235</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	15		0,75	0,15	6,75	33
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>6,41</b>	<b>5,23</b>	<b>50,8</b>	<b>280</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

### М Е Н Ю

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & skill)  
с 4 по 9 сентября, 18 по 23 сентября 2023 г

#### 2 неделя (СЕНТЯБРЬ)

№ 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 рисовой крупы с маслом	150/5	4,6	5,08	32,55	201	
ТТК 2021 г Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31	
Вафли весовые	1 шт/20	0,78	6,12	12,5	108	
Батон	20	1,5	0,58	10,28	52	
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>10,88</b>	<b>15,78</b>	<b>62,67</b>	<b>445</b>

#### ВТОРНИК КОМПЛЕКС № 1

№ 209/2015 г Яйцо варёное	1 шт	6,35	5,75	0,35	79	
ТТК 2019 г Блинчики со сгущённым молоком	2 шт/90/15	6,03	4,62	36,22	211	
№ 701/2004 Напиток яблочный	180	0,09	0,09	11,19	46	
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>12,47</b>	<b>10,46</b>	<b>47,76</b>	<b>336</b>

#### СРЕДА КОМПЛЕКС № 1

№ 3/2015 г Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/15/10	6,65	12,25	18,07	210	
№ 173/2015г Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,35	6,8	28,53	208	
ТТК 2021 г Напиток из замороженной чёрной смородины	180	0,09	0,04	9,64	40	
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>13,09</b>	<b>19,09</b>	<b>56,24</b>	<b>458</b>

#### ЧЕТВЕРГ КОМПЛЕКС № 1

№ 338/2015г Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
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	5,91	5,56	25,05	181	
ТТК 2021 г Чай с сахаром	180/7	0,02		7,19	29	
Батон	20	1,5	0,58	10,28	52	
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>7,99</b>	<b>13,87</b>	<b>54,36</b>	<b>384</b>

#### ПЯТНИЦА КОМПЛЕКС № 1

14/2015 Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66	
ТТК 2019 г Макароны изделия отварные с сыром	150	8,99	8,21	32,12	239	
ТТК 2021 г Компот из замороженной вишни	180	0,10	0,03	10,41	43	
Вафли весовые	1 шт/20	0,78	6,12	12,5	108	
Батон	35	2,62	1,01	17,99	92	
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>12,57</b>	<b>22,62</b>	<b>73,10</b>	<b>548</b>

#### СУББОТА КОМПЛЕКС № 1

№ 15/2015 г Сыр порциями	15	3,94	3,99		53	
№ 173/2015г Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом	150/5	5,84	5,26	38,48	232	
ТТК 2021 г Чай с молоком	180/7	1,36	0,68	9,35	53	
Печенье весовое	2 шт/30	2,07	4,14	22,2	134	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79	
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>15,46</b>	<b>14,94</b>	<b>85,48</b>	<b>551</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 С КОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением

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

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

с 4 по 9 сентября, с 18 по 23 сентября 2023 г

### 2 - я неделя СЕНТЯБРЬ

№ Сб.рей	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
ттк 2021	Шашлык из куриных грудок (с Переменкой, на шампуре)	70		13,3	13,4	0,90	176
ттк2016	Рис отварной	120		3,067	4,3	32	180
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>17,14</b>	<b>17,88</b>	<b>47,6</b>	<b>421</b>
<b>ВТОРНИК</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
ттк 2022	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		4,6	4,0	5,23	75
ттк2014	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	20		1	0,2	9,0	44
	<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>13,67</b>	<b>10,57</b>	<b>69,48</b>	<b>432</b>
<b>СРЕДА</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
ттк 2021	Котлеты "Школьные"	90		11,46	9,9	9,6	172
ттк 2016	Картофель запечённый (с паприкой)	120		2,8	6,6	22,7	161
ттк 2021	Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
	<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>15,28</b>	<b>16,70</b>	<b>49,20</b>	<b>409</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100		10	4,6	11,5	127
ттк2016	Рагу овощное	120		2,2	6,1	13,5	119
348/2015	Комлот из плодов сушёных (урюк)	200		0,80	0,06	18,50	79
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
	<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>14,00</b>	<b>10,96</b>	<b>52,50</b>	<b>369</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
ттк2020	Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
ттк2016	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
	<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>31,90</b>	<b>30,27</b>	<b>49,51</b>	<b>602</b>
<b>СУББОТА</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
338/2015	Флоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ттк 2017	Пельмени "Для умников и умниц" отварные с соусом Переменка	150/10		13,90	8,7	42,8	304
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>15,07</b>	<b>9,22</b>	<b>67,25</b>	<b>416</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

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & skill)  
с 4 по 9 сентября, 18 по 23 сентября 2023 г  
Горячее бесплатное питание младшие

### 2 неделя (СЕНТЯБРЬ)

№ Сб.рей	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		3,91	8,74	6,6	122
	Морковь свежая порциями	20					
	Капуста белокачанная свежая порциями	20					
	Сыр	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2020 г	Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		4,6	4	5,23	75
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	207
<b>Напитки на выбор:</b>							
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
№348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	180		0,72	0,06	16,61	71
				0,39	0,04	11,98	51
АКТ 2019	Печенье сдобное Вкусное	2 шт/30		2,1	2,1	5,1	47
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>66,80</b>	<b>19,16</b>	<b>19,70</b>	<b>83,69</b>	<b>593</b>
<b>ВТОРНИК</b>							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,62	6,1	6,92	90
	Огурцы свежие порциями	20					
	Помидоры свежие порциями	20					
	Фасоль консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2022 г	Котлеты "Аппетитные" с соусом томатным	80/10		11,2	4,45	18,5	158
Акт 2020 г	Пюре картофельное	150		3,28	7,28	22	169
<b>Напитки на выбор:</b>							
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	180		0,12	0,02	10,03	41
				0,09	0,02	8,69	36
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>66,80</b>	<b>18,71</b>	<b>18,21</b>	<b>74,95</b>	<b>544</b>
<b>СРЕДА</b>							
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,55	6,12	6,63	89
	Помидоры свежие порциями	20					
	Капуста белокачанная свежая порциями	20					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Плов с куриными грудками	50/150		14,01	12,3	35,2	312
<b>Напитки на выбор:</b>							
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7		0,01		7,19	29
№348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	180		0,72	0,06	16,61	71
				0,06	0,01	11,90	50
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>66,80</b>	<b>18,62</b>	<b>19,27</b>	<b>84,33</b>	<b>598</b>

**ЧЕТВЕРГ**

ТТК 2023 г	<b>Салат - бар</b>	60	1,56	8,72	5,73	117	
	Свекла отварная (тёртая)	20					
	Морковь свежая порциями	20					
	Сыр	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Котлеты Домашние	90	7,1	5,1	10,9	118	
ТТК 2014 г	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,62	5,39	41,87	242	
	<b>Напитки на выбор:</b>						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31	
ТТК 2021 г	Напиток из замороженной чёрной смородины	180	0,09	0,04	9,64	40	
			0,08	0,03	8,49	36	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>66,80</b>	<b>17,88</b>	<b>19,60</b>	<b>85,83</b>	<b>604</b>

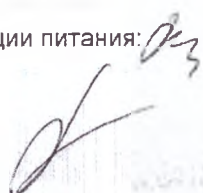
**ПЯТНИЦА**

№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	80	0,32	0,32	7,84	38	
ТТК 2023 г	<b>Салат - бар</b>	60	1,67	6,11	7,09	91	
	Помидоры свежие порциями	30					
	Огурцы солёные	10					
	Фасоль консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша мятая	90	9,8	2,01	10,2	98	
Акт 2020 г	Пюре картофельное	150	3,28	7,28	22	169	
	<b>Напитки на выбор:</b>						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7	0,01		7,19	29	
№ 348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	180	0,72	0,06	16,61	71	
			0,365	0,03	11,9	50	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>66,80</b>	<b>17,96</b>	<b>16,11</b>	<b>77,87</b>	<b>537</b>

**СУББОТА**

ТТК 2023 г	<b>Салат - бар</b>	60	0,63	10,13	2,32	104	
	Огурцы свежие порциями	20					
	Помидоры свежие порциями	20					
	Кукуруза консервированная	10					
	Масло растительное	10					
№ 243/2015г	Сосиски отварные с соусом "Переменка"	2 шт/100/10	10,10	4,80	11,75	131	
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,46	35,94	207	
	<b>Напитки на выбор:</b>						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31	
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	180	0,12	0,02	10,03	41	
			0,09	0,02	8,69	36	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>66,80</b>	<b>18,98</b>	<b>19,77</b>	<b>77,54</b>	<b>569</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 4 по 9 сентября, с 18 по 23 сентября 2023 г

2 - я неделя СЕНТЯБРЬ

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
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					
	<b>сред.</b>	<b>1,63</b>	<b>6,13</b>	<b>11,80</b>	<b>110</b>	
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2022 Котлеты Школьные	90		11,7	10,5	7,8	169
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	13,7	1,8	212
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
	<b>сред.</b>	<b>16,33</b>	<b>13,80</b>	<b>3,60</b>	<b>202</b>	
ТТК 2016 Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
ТТК 2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
	<b>сред.</b>	<b>17,70</b>	<b>23,11</b>	<b>42,95</b>	<b>454</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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
	<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	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>9,10</b>	<b>37</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>21,47</b>	<b>29,56</b>	<b>80,23</b>	<b>680</b>
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>20,11</b>	<b>20,25</b>	<b>40,88</b>	<b>428</b>	

№Сб. рсг 2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
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 2023 <b>Салат-бар</b>	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					
	<b>сред.</b>		<b>2,89</b>	<b>3,86</b>	<b>11,90</b>	<b>95</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречкой, 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) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,5	13,0	0,4	197
ТТК 2023 Гуляш из филе грудок индейки	50/50		11,1	14,3	4,40	191
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	<b>сред.</b>		<b>13,84</b>	<b>13,85</b>	<b>4,22</b>	<b>197</b>
ТТК2022 Грудки куриные по-французски	200		18,9	32,1	18,8	441
	<b>сред.</b>		<b>18,90</b>	<b>32,10</b>	<b>18,80</b>	<b>441</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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 тушеная	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
ТТК2022 Компот из замороженной вишни	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	0,3	16,38	79
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,00</b>	<b>36,29</b>	<b>56,66</b>	<b>654</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,16</b>	<b>24,72</b>	<b>78,52</b>	<b>638</b>

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Плоды 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 <b>Салат-бар</b>	100	2	6,2	8,52	99	
морковь свежая	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
	<b>сред.</b>	<b>1,63</b>	<b>6,13</b>	<b>11,94</b>	<b>111</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	250/10	2,56	6,9	17,26	142	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Домашние (мясо-картофельные)	90	12,3	11,1	8,3	179	
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	80/25	14,2	6,0	2,6	121	
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226	
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226	
	<b>сред.</b>	<b>13,50</b>	<b>13,60</b>	<b>3,23</b>	<b>188</b>	
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,8	357	
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	27,956	496	
	<b>сред.</b>	<b>16,15</b>	<b>24,17</b>	<b>35,38</b>	<b>426</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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	
	<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	0,3	16,38	80	
	<b>Итого с самост. бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>19,99</b>	<b>30,63</b>	<b>73,27</b>	<b>656</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>22,23</b>	<b>27,32</b>	<b>78,22</b>	<b>652</b>



Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,8	56	
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100	1,3	6,1	6,5	87	
свекла отварная	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131	
	<b>сред.</b>	<b>2,66</b>	<b>3,83</b>	<b>11,23</b>	<b>91</b>	
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, 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	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	80/5	19,9	4,3	2,4	128	
ТТК 2032 Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199	
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332	
ТТК 2021 Фрикадельки мясные в соусе	55/50	12,5	14,9	5,2	205	
	<b>сред.</b>	<b>17,88</b>	<b>14,30</b>	<b>4,10</b>	<b>216</b>	
ТТК2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	30/170	8,7	9,8	24,4	221	
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/30	28	9,4	42,5	371	
	<b>сред.</b>	<b>18,35</b>	<b>9,60</b>	<b>33,45</b>	<b>296</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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	
ТТК2023 Капуста тушеная	180	4,32	7,4	18,24	160	
	<b>сред.</b>	<b>5,11</b>	<b>6,14</b>	<b>29,25</b>	<b>194</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10	0,55	0,1	13,4	58	
ТТК2022 Компот из замороженной вишни	200	0,14	0,0	11,15	46	
	<b>сред.</b>	<b>0,35</b>	<b>0,04</b>	<b>12,28</b>	<b>52</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/30	3,78	0,5	23,34	137	
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>25,14</b>	<b>14,00</b>	<b>80,30</b>	<b>576</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>29,77</b>	<b>24,84</b>	<b>80,20</b>	<b>690</b>

№Сб. прей **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	120		0,48	0,48	11,8	56
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		1,9	6,2	7	93
помидоры свежие	40					
капуста свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>1,19</b>	<b>3,34</b>	<b>9,40</b>	<b>75</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
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	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 филе куриных грудок	60/40		17,3	17,3	2,60	236
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	75		17,4	5,0	3,3214	128
	<b>сред.</b>		<b>16,15</b>	<b>12,35</b>	<b>4,64</b>	<b>193</b>
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5		13	20,0	24,9	331
ТТК2019 Рыбный киш	180		25,9	32,06	36,563	540
	<b>сред.</b>		<b>19,44</b>	<b>26,03</b>	<b>30,73</b>	<b>436</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ТТК 2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016 Картофель запечённый (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
	<b>сред.</b>		<b>4,97</b>	<b>6,30</b>	<b>28,54</b>	<b>189,8</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
348/2015 Компот из плодов сушёных (урук)	200		1	0,1	30,56	128
	<b>сред.</b>		<b>0,53</b>	<b>0,04</b>	<b>19,35</b>	<b>81</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/25		3,15	0,5	23,55	114
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,30</b>	<b>29,86</b>	<b>83,03</b>	<b>705</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>25,99</b>	<b>22,47</b>	<b>85,48</b>	<b>652</b>

ЛАНЧ СЕНТЯБРЬ 2 неделя

Ланч

№Сб. ре: 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	180/20	20,2	21,7	36,1	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
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,28</b>	<b>22,70</b>	<b>71,3</b>	<b>592</b>

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством

Калькулятор