

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения



1 неделя  
ЯНВАРЬ  
2024 г

"Утверждаю"

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



### МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ  
8 по 13 января 2024 г  
с 22 по 27 января 2024 г

СТ. 16 8,80

	Наименование блюд	Выход	тоимост	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
	<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>						
	<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
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	15		0,75	0,15	6,75	33
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>6,41</b>	<b>5,23</b>	<b>50,80</b>	<b>280</b>
	<b>ВТОРНИК</b>						
	<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Сб., М: Дели, плюс2	Каша пшённая вязкая	130		3,70	4,30	21,00	138
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>4,47</b>	<b>4,46</b>	<b>35,74</b>	<b>203</b>
	<b>СРЕДА</b>						
	<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
202/2015	Каша полбяная вязкая	130		3,10	4,00	16,8	116
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>3,87</b>	<b>4,16</b>	<b>31,54</b>	<b>181</b>
	<b>ЧЕТВЕРГ</b>						
	<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
202/2015	Каша Геркулесовая вязкая	130		3,5	5	17,3	129
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>5,16</b>	<b>32,04</b>	<b>194</b>
	<b>ПЯТНИЦА</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	15		0,75	0,15	6,75	33
	<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>6,41</b>	<b>5,23</b>	<b>50,80</b>	<b>280</b>
	<b>СУББОТА</b>						
	<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
303/2015	Каша гречневая вязкая	130		2,83	3,75	17,82	116
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>3,60</b>	<b>3,91</b>	<b>32,6</b>	<b>181</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.С. Агапова

### М Е Н Ю

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & chill)  
с 8 по 13 января, с 22 по 27 января 2024 г

#### 1 неделя (ЯНВАРЬ)

Сб.пец	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>							
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>							
№ 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 2021 г	Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
	Вафли весовые	1 шт/21		0,82	6,43	13,12	114
	Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
	<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>14,41</b>	<b>17,33</b>	<b>80,06</b>	<b>545</b>
<b>ВТОРНИК</b>							
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>							
№ 338/2015г	Фрукты свежие (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	30		2,25	0,87	15,42	79
	<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>11,70</b>	<b>9,49</b>	<b>65,47</b>	<b>399</b>
<b>СРЕДА</b>							
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>							
№173/2015г	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/45/10		3,19	2,52	19,5	114
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
	Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
	<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>10,17</b>	<b>8,49</b>	<b>78,62</b>	<b>440</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>							
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>							
№ 15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
№173/2015г	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/51		3,52	7,04	37,8	227
	Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
	<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>15,65</b>	<b>17,46</b>	<b>86,25</b>	<b>572</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>							
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>							
ТТК	Бутерброд горячий с сыром (батон)	30/15		6,19	4,86	15,42	131
№173/2015г	Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с мас	150/5		4,66	5,32	25,37	175
ТТК 2021 г	Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
	Вафли весовые	1 шт/21		0,82	6,43	13,12	114
	<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>12,47</b>	<b>16,67</b>	<b>72,37</b>	<b>499</b>
<b>СУББОТА</b>							
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>							
№173/2015г	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/45/10		3,19	2,52	19,5	114
ТТК 2021 г	Напиток из шиповника	200		0,01		10,18	41
	Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
	<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>10,92</b>	<b>8,85</b>	<b>73,31</b>	<b>425</b>

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

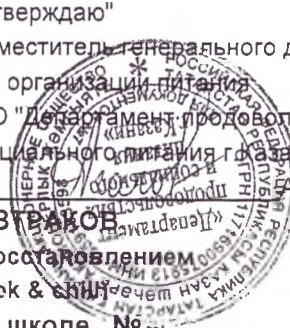
"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

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



**МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ**  
с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г.Казани (сок & шип)  
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №...  
с 8 по 13 января, с 22 по 27 января 2024 г

**1 - я неделя ЯНВАРЬ**

№ Сб.рей	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
ТТК 2020	Птица запечённая (цыплята)	80		21,36	19,2	0,711	261
303/2015	Каша гречневая вязкая	150		3,5	4,6	22,01	144
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,02	11,2	46
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
	<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>26,00</b>	<b>24,06</b>	<b>42,9</b>	<b>496</b>
<b>ВТОРНИК</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
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 пшеничный (белый)	35		2,66	0,28	17,2	82
	<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>20,28</b>	<b>17,08</b>	<b>81,70</b>	<b>564</b>
<b>СРЕДА</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
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	20		1	0,2	9,0	44
	<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>14,02</b>	<b>16,70</b>	<b>41,80</b>	<b>374</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
ТТК 2023	Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
541/2004	Рагу овощное	100		1,87	5,1	11,2	99
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>15,04</b>	<b>18,75</b>	<b>33,65</b>	<b>363</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
ТТК 2023	Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
303/2015	Каша рисовая вязкая	120		1,8	3,3	19,2	114
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>14,87</b>	<b>14,55</b>	<b>42,15</b>	<b>358</b>
<b>СУББОТА</b>							
<b>Комплекс № 1</b>							
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
	<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>16,07</b>	<b>24,65</b>	<b>46,55</b>	<b>475</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 & shift)

с 8 по 13 января, с 22 по 27 января 2024 г

Горячее бесплатное питание младшие

**1 неделя (ЯНВАРЬ)**

№ Сб.реп	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>							
ТТК	Салат из моркови	60		0,7	3,05	6,72	58
ТТК 2022 г	Котлеты "Аппетитные" мясо - куриные	90		13,79	12,4	7,99	199
№ 303/2015	Каша рисовая вязкая	150		2,3	4,12	23,94	142
№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	91
	<b>Итого:</b>	<b>548</b>	<b>66,80</b>	<b>19,33</b>	<b>19,93</b>	<b>65,48</b>	<b>522</b>
<b>ВТОРНИК</b>							
№ 338/2015г	Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 г	Жаркое по - домашнему	40/160		11,24	14,5	28,83	291
ТТК 2021 г	Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
	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>14,96</b>	<b>15,32</b>	<b>75,93</b>	<b>508</b>
<b>СРЕДА</b>							
№ 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	4,46	35,94	207
№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	91
	<b>Итого:</b>	<b>548</b>	<b>66,80</b>	<b>20,10</b>	<b>18,77</b>	<b>70,73</b>	<b>535</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>							
№ 338/2015г	Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2021 г	Плов с птицей	40/160		15,44	19,29	45,88	419
ТТК 2021 г	Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
	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>18,46</b>	<b>20,09</b>	<b>85,23</b>	<b>601</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>							
№ 45/2015	Салат из белокачанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая	90		12,2	7,8	5,92	143
Акт 2020 г	Пюре картофельное	150		3,28	4,65	22,02	146
ТТК 2023 г	Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
	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>19,73</b>	<b>15,92</b>	<b>70,88</b>	<b>513</b>
<b>СУББОТА</b>							
№ 47/2015 г	Салат из квашенной капусты	60		0,95	3,05	4,94	53
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	34
	печенье	2 шт/34		2,35	4,69	25,19	152
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого:</b>	<b>502</b>	<b>66,80</b>	<b>20,08</b>	<b>20,71</b>	<b>84,51</b>	<b>610</b>

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

"Согласовано"

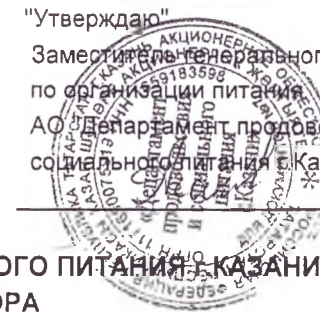
Директор Общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

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

А.К.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 8 по 13 января, с 22 по 27 января 2024 г

1 - я неделя ЯНВАРЬ

№Сб.рей 1 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		1,5	5,1	5,5	75
капуста свежая	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>2,70</b>	<b>3,47</b>	<b>10,23</b>	<b>84</b>
<b>1- ЫЕ БЛЮДА</b>						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные 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
	<b>сред.</b>		<b>13,08</b>	<b>15,05</b>	<b>3,15</b>	<b>200</b>
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	305
	<b>сред.</b>		<b>11,10</b>	<b>13,30</b>	<b>34,50</b>	<b>305</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/слив.)	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 замороженной чёрной 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>39,0</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>15,76</b>	<b>17,03</b>	<b>68,44</b>	<b>496</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>19,90</b>	<b>20,07</b>	<b>52,99</b>	<b>474</b>

№Сб. прей **2 день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>0,63</b>	<b>1,83</b>	<b>4,80</b>	<b>39,7</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
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	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
	<b>сред.</b>		<b>17,23</b>	<b>16,17</b>	<b>2,10</b>	<b>223</b>
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
ТТК2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160		11,2	12,4	28,8	273
	<b>сред.</b>		<b>16,30</b>	<b>15,15</b>	<b>33,27</b>	<b>336</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 Капуста тушёная	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, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	<b>сред.</b>		<b>0,09</b>	<b>0,02</b>	<b>9,87</b>	<b>41,00</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>18,91</b>	<b>17,25</b>	<b>62,06</b>	<b>484</b>
	<b>юдом-</b>					
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>25,06</b>	<b>24,95</b>	<b>67,34</b>	<b>600</b>

№Сб. прей **3-ий день**

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		1,3	5,1	7,4	81
морковь свежая	50					
свекла отварная	45					
масло растительное	5					
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
	<b>сред.</b>		<b>2,63</b>	<b>3,47</b>	<b>10,87</b>	<b>86,3</b>
<b>1- ые БЛЮДА</b>						
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2021 Гуляш из птицы	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
	<b>сред.</b>		<b>13,44</b>	<b>13,80</b>	<b>4,23</b>	<b>195</b>
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом	200		14,5	18,2	27,647	331
	<b>сред.</b>		<b>14,47</b>	<b>18,24</b>	<b>27,65</b>	<b>331</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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
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, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
648/2004 Напиток яблочный	200				13,1	53
	<b>сред.</b>		<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>10,62</b>	<b>44</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>19,65</b>	<b>22,06</b>	<b>67,97</b>	<b>551</b>
	<b>юдом-</b>					
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,49</b>	<b>22,38</b>	<b>70,68</b>	<b>582</b>

№СБ. реп **4 день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>0,63</b>	<b>1,83</b>	<b>4,80</b>	<b>40</b>
<b>1- ые БЛЮДА</b>						
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
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
	<b>сред.</b>		<b>19,37</b>	<b>16,63</b>	<b>3,97</b>	<b>242</b>
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
ТТК 2021 Плов с птицей	50/150		18,9	22,1	40	442
	<b>сред.</b>		<b>20,15</b>	<b>20,00</b>	<b>38,87</b>	<b>420</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК 2021 Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
	<b>сред.</b>		<b>4,87</b>	<b>5,77</b>	<b>37,70</b>	<b>223</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	<b>сред.</b>		<b>0,43</b>	<b>0,03</b>	<b>13,32</b>	<b>57</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,73</b>	<b>22,22</b>	<b>75,82</b>	<b>607</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>27,82</b>	<b>24,62</b>	<b>78,62</b>	<b>653</b>



№СБ. реп **5 день**

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	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 2023 <b>Салат-бар</b>	100		1,5	5,1	5,5	75	
капуста свежая	50						
морковь свежая	45						
масло растительное	5						
	<b>сред.</b>		<b>2,70</b>	<b>3,47</b>	<b>10,23</b>	<b>84</b>	
<b>1- ые БЛЮДА</b>							
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175	
ТТК 2021 Шашлык куриный (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	
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	
	<b>сред.</b>		<b>13,82</b>	<b>14,60</b>	<b>3,05</b>	<b>198</b>	
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>							
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	
ТТК2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178	
	<b>сред.</b>		<b>4,79</b>	<b>6,72</b>	<b>29,90</b>	<b>200</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	0,32	16,38	79	
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>		<b>79,00</b>	<b>23,45</b>	<b>25,11</b>	<b>68,67</b>	<b>597</b>

## Ланч январь 1 неделя

№Сб. реп 6 день

СУББОТА

Наименование блюд

## ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
тпк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	170/5		19	16,3	33,5	357
389/2015 Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>21,75</b>	<b>17,17</b>	<b>64,45</b>	<b>507</b>	

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор