

"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 5 по 10 февраля, с 19 по 24 февраля 2024 г

1 - я неделя ФЕВРАЛЬ

Неделя реп 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)							
15 Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47	
15/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	137	
15/2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75	
капуста свежая	50						
морковь свежая	45						
масло растительное	5						
сред.		2,70	3,47	10,23	84		
1- БИЕ БЛЮДА							
15/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
15/2020 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	217	
15/2019 Рыба (филе) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,9	217	
15/2023 Гуляш из индейки	45/45		9,00	11,30	1,9	147	
15/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	227	
сред.		13,08	15,05	3,15	207		
15/2021 Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	307	
сред.		11,10	13,30	34,50	307		
ГАРНИРЫ							
15/2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	177	
15/2015 Макароны изделия отварные (м/слив)	180		6,8	5,4	43,1	247	
15/2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	87	
сред.		4,87	4,76	26,14	167		
НАПИТКИ							
15/2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	37	
15/2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	47	
сред.		0,07	0,01	9,58	397		
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	67	
Итого с		79,00	15,76	17,03	68,44	497	
самост.бл		79,00	19,90	20,07	52,99	477	
Итого-							

2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
лз 2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
тк 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
тз 2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	сред.	2,70	3,47	9,93	83,3	
1-ые БЛЮДА						
лз 2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
тк 2019 Голень запечённая	80		18,20	18,40	0,50	241
тк 2022 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
тк 2021 Рыба (фила) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
	сред.	17,23	16,17	2,10	223	
тк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
тк 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной) ✓	40/160		11,2	12,4	28,8	273
	сред.	16,30	15,15	33,27	336	
ГАРНИРЫ						
лз 2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
лз 2013 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,8	5,4	43,1	248
тк 2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.	5,24	6,45	36,45	226	
НАПИТКИ						
тк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
тк 2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	сред.	0,09	0,02	9,87	41,0	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с	79,00	21,23	18,95	69,44	536
	самост.бл					
	юдом-	79,00	27,40	26,42	74,73	652
	Итого-					



№ 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
100/100 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
100/200 Салат-бар	100		1,3	5,1	7,4	81
морковь свежая	50					
свекла отварная	45					
масло растительное	5					
30/150 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		2,63	3,47	10,87	86,1
1-ые БЛЮДА						
250/5 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
90 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
50/50 Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,3	3,20	209
75 Рыба запеченная	75		17,30	9,90	3,3	171
2шт/100 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		13,44	13,80	4,23	191
200 Запеканка картофельная с мясом	200		14,5	18,2	27,647	331
	сред.		14,47	18,24	27,65	331
ГАРНИРЫ						
180 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	171
180 Макароны изделия отварные (м/слив.)	180		6,8	5,4	43,1	241
100 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,87	4,76	26,14	161
НАПИТКИ						
200/8/5 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
200 Напиток яблочный	200				13,1	53
	сред.		0,03	0,00	10,62	44
15/15 Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	61
	Итого с	79,00	19,02	21,95	63,26	521
	самост. бл					
	Итого-	79,00	22,86	22,27	65,97	551



№СБ/рей 4 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
зк 2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
тк 2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
тк 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	13
	сред.		2,70	3,47	9,93	83
1- ые БЛЮДА						
тк 2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	19
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
тк 2021 Рыба запечённая с овощами	90/30		19	11,9	3,1	19
тк 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	19
тк 2019 Птица запечённая (цыплята)	100		26,7	24,5	1	33
	сред.		19,37	16,63	3,97	24
тк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	39
тк 2021 Плов с птицей	50/150		18,9	22,1	40	44
	сред.		20,15	20,00	38,87	42
ГАРНИРЫ						
зк 2011 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	26
зк 2015 Спагетти отварные (масло слизоч.)	180		6,8	5,4	43,1	24
тк 2021 Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	14
	сред.		4,90	5,53	37,70	22
НАПИТКИ						
тк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
тк 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с					
	самост.бл	79,00	25,40	23,83	76,80	63
	юдом-					
	Итого-	79,00	29,52	25,99	79,61	67



№08, рсг 5 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
ккз2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ккз2014 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ткз2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75
капуста свежая	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	сред.		2,70	3,47	10,23	84
1-ые БЛЮДА						
б22015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
тк22021 Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
тк22021 Шашлык куриный (на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
тк22023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
тк22022 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
к220215 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		14,20	14,98	3,08	203
	сред.		0,00	0,00	0,00	0
ГАРНИРЫ						
к22015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
к22015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
тк22016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		4,79	6,72	29,90	200
НАПИТКИ						
тк22021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
тк22023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	сред.		0,40	0,03	13,25	56
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с					
	самост. бл	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	юдом-					
	Итого-	79,00	24,61	25,56	75,31	633



Ланч февраль 1 неделя

мес раб 6 день

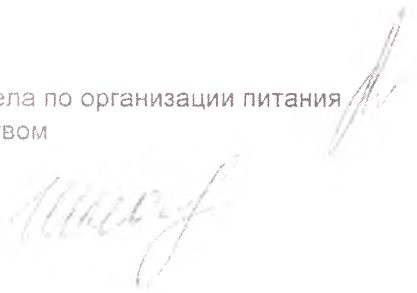
СУББОТА

Наименование блюд

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
000015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
000020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	170/5		19	16,3	33,5	357
000025 Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
000030 Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого-	79,00	21,75	17,17	17,17	64,45	507

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"
2024
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 12 по 17 февраля, с 26 февраля по 2 марта 2024 г

2 - я неделя ФЕВРАЛЬ

Понедельник 1 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАП
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
333/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ттк 2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75
капуста свежая	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	сред.	2,70	3,47	10,23	84	
1- ЫЕ БЛЮДА						
вд/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ттк 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ттк 2018 Рыба (филе) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,9	212
ттк 2021 Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.	15,44	18,76	3,43	245	
тк/2016 Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
	сред.	21,70	28,00	36,80	493	
ГАРНИРЫ						
333/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
333/2015 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
	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 2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	сред.	0,43	0,03	13,32	57	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с					
самост.бл	79,00	27,35	31,86	79,19	725	
юдом-						
Итого-	79,00	25,95	27,37	71,96	643	

№05 по 2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
тк/201 Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
тк/202 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
	сред.		0,95	2,75	7,20	60
1-ЫЕ БЛЮДА						
вс/201 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
тк/201 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
тк/202 Гупяш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
	сред.		16,75	15,05	2,90	215
тк/201 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
тк/202 Жаркое из птицы	50/150		13	12,6	27,3	275
	сред.		21,40	17,90	37,73	398
ГАРНИРЫ						
вс/201 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
вс/202 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	250
тк/203 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.		5,21	6,68	36,45	221
НАПИТКИ						
тк/201 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
тк/202 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	79,00	24,31	20,91	68,64	56
	юдом-					
	Итого-	79,00	24,87	24,74	70,25	60

коя

Меню на 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
злп2016 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
злп2017 Салат-бар	100		1,3	5,1	7,4	81
морковь свежая	50					
свекла отварная	45					
масло растительное	5					
мзп2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		2,63	3,47	10,87	86,3
1-ые БЛЮДА						
рбп2017 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ткп2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные ✓	90		13,8	14,7	8	216
ткп2018 Гуляш из индейки	50/50		10,00	12,56	2,1111	162
ткп2019 Рыба запеченая	80		18,50	10,60	3,5	182
ткп2022 Медальоны куриные с сыром, томатом	75/5		15,5	18,4	0,9	232
злп2016 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		13,64	15,27	3,06	204
	сред.		0,00	0,00	0,00	0,00
ГАРНИРЫ						
злп2018 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ткп2016 Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
злп2018 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ткп2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,53	5,63	26,71	175,7
НАПИТКИ						
ткп2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
взлп2016 Напиток яблочный	200				13,1	53
	сред.		0,03	0,00	10,62	44
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с					
	самост.бл	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого-	79,00	20,33	21,22	56,76	502

Кор

№Об. рег 4 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
ззв 2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ткв 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ткв 2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	сред.		2,70	3,47	9,93	83
1-ые БЛЮДА						
ткв 2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ткв 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ткв 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
ткв 2021 Шашлык куриный (на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
	сред.		16,13	13,40	4,20	200
ткв 2021 Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	305
ткв 2023 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
	сред.		16,25	15,60	36,12	352
ГАРНИРЫ						
ззв 2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ззв 2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ткв 2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		4,89	7,27	37,10	234
НАПИТКИ						
ткв 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ткв 2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	сред.		0,40	0,03	13,25	56
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с самост.бл юдом-	79,00	21,49	19,42	75,68	569
	Итого-	79,00	26,27	24,48	80,86	652

kol

№05, пят 5 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
заа/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
нз/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
тп/2015 Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75
капуста свежая	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	сред.		2,70	3,47	10,23	84
1-ые БЛЮДА						
зз/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
	сред.		2,04	6,70	12,66	111
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
тпк/2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	75/5		17,5	10,6	2,5	175
тпк/2022 Котлеты Школьные	90		12,4	13,5	7,8	195
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		13,43	14,73	3,70	200
тпк/2015 Курица по-французски	180		17	28,9	16,9	397
	сред.		17,00	28,90	16,90	397
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	170
нз/2015 Макароны отварные (м/слив.)	180		6,8	5,4	43,1	248
тпк/2021 Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
	сред.		4,77	5,22	30,50	185
НАПИТКИ						
тпк/2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/7		0,4	0,03	11,8	51
тпк/2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,21	0,02	11,00	46
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с самост.бл юдом-	79,00	21,77	35,98	59,40	641
	Итого-	79,00	22,97	27,03	76,70	631

коф



Ланч февраль 2 неделя

№06 от 6 день

СУББОТА

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

100г Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
170г Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	170/5		19	16,3	33,5	357
200г Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
20г Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого-	79,00	21,75	17,17	64,5	507	

Начальник отдела по организации питания
Зав производством
Калькулятор

