

Согласовано  
Директор Общеобразовательного  
учреждения



*KoB*

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

Акционерное общество  
"ДЕПАРТАМЕНТ ПРОДОВОЛЬСТВИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ г.КАЗАНИ "  
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани  
с 4 по 9 марта, с 18 по 23 марта 2024 г

1-я неделя МАРТ

март 01 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
942012 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
942013 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
942014 Салат-бар	50		2,1	5,7	4,76	79
капуста цветная отварная	40					
соль	0,1					
фасоль красная консервиров.	25					
масло растительное	5					
<b>сред.</b>		<b>2,90</b>	<b>3,67</b>	<b>9,65</b>	<b>84</b>	
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
942015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
942022 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
942023 Рыба (филе) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,9	212
942024 Гуляш из филе индейки	45/45		9,00	11,30	1,9	146
942025 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
942026 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
<b>сред.</b>		<b>15,80</b>	<b>16,94</b>	<b>2,72</b>	<b>226,4</b>	
942027 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>						
942028 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
942029 Макароны изделия отварные (м/растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
942030 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>						
942031 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
942032 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>39,0</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
<b>Итого с самост.блю дом-</b>		<b>79,00</b>	<b>16,59</b>	<b>17,34</b>	<b>72,57</b>	<b>519</b>
<b>Итого-</b>		<b>79,00</b>	<b>23,26</b>	<b>22,07</b>	<b>57,27</b>	<b>523</b>

№06 от 2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
пк.2023 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
тк.2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
тк.2023 Салат-бар	80		2,7	6,6	6,9	98
свекла отварная	45					
кукуруза консервирован.	25					
сыр	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>3,10</b>	<b>3,97</b>	<b>10,37</b>	<b>90</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
вж.2023 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
пк.2023 Голень запечённая	80		18,20	18,40	0,50	241
зж.2023 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
тк.2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/8/8		19,8	14,2	3,2	221
тк.2021 Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
	<b>сред.</b>		<b>15,32</b>	<b>14,73</b>	<b>3,88</b>	<b>210</b>
пк.2023 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448
тк.2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160		11,2	12,4	28,8	273
	<b>сред.</b>		<b>16,95</b>	<b>15,10</b>	<b>38,95</b>	<b>361</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
вж.2023 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
зж.2023 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,8	5,4	43,1	248
тк.2021 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	<b>сред.</b>		<b>5,24</b>	<b>6,45</b>	<b>36,45</b>	<b>226</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
пк.2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
пк.2021 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

Итого с					
самост.блю	79,00	22,03	19,33	73,31	560
дом-					
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>25,63</b>	<b>25,41</b>	<b>74,69</b>	<b>635</b>



*Handwritten signature*

мн/рн 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
мн/рн/з Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42	
мн/рн/з Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131	
тпк/рн/з Салат-бар	60		6,8	10,8	1,3	130	
яйцо вареное вкрутую	1/40						
зеленый горошек консервиров.	15						
масло растительное	5						
<b>сред.</b>		<b>4,47</b>	<b>5,37</b>	<b>8,50</b>	<b>101,0</b>		
<b>1-ые БЛЮДА</b>							
мн/рн/з Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
тпк/рн/з Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172	
тпк/рн/з Гуляш из птицы	45/45		13,2	13,8	3,00	189	
тпк/рн/з Рыба запеченая	75		17,30	9,90	3,3	171	
мн/рн/з Соеиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226	
<b>сред.</b>		<b>13,09</b>	<b>13,43</b>	<b>4,18</b>	<b>190</b>		
тпк/рн/з Запеканка картофельная с мясом	200		14,5	18,2	27,65	331	
<b>сред.</b>		<b>14,47</b>	<b>18,24</b>	<b>27,65</b>	<b>331</b>		
<b>ГАРНИРЫ</b>							
мн/рн/з Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173	
мн/рн/з Макароны изделия отварные (м/растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248	
тпк/рн/з 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>							
тпк/рн/з Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32	
мн/рн/з Напиток яблочный	200				13,1	53	
<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,55</b>	<b>43</b>		
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68	
		<b>Итого с</b>					
		<b>самост.блю</b>	<b>79,00</b>	<b>20,83</b>	<b>23,85</b>	<b>60,83</b>	<b>542</b>
		<b>дом-</b>					
		<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,31</b>	<b>23,80</b>	<b>63,49</b>	<b>568</b>



на день 4 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
заказ Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42	
заказ Салат-бар	55		2,2	5,8	4,75	74	
капуста брокколи отварная	25						
фасоль красная консервиров.	25						
соль	0,12						
масло растительное	5						
заказ Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131	
	сред.		2,93	3,70	9,65	82	
<b>1-ые БЛЮДА</b>							
заказ Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
заказ Рыба запечённая с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196	
заказ Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199	
заказ Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332	
	сред.		19,37	16,63	3,97	242	
заказ Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448	
заказ Голуб с птицей	40/160		15,5	19,3	46	426	
	сред.		19,10	18,55	47,55	437	
<b>ГАРНИРЫ</b>							
заказ Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269	
заказ Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,8	5,4	43,1	248	
заказ Картофель запечённый (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,42	202	
	сред.		4,97	6,72	39,84	240	
<b>НАПИТКИ</b>							
заказ Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32	
заказ Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41	
	сред.		0,01	0,00	9,10	37	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91	
		Итого с самост.блю дом-	79,00	24,56	22,61	85,14	647
		Итого-	79,00	29,79	27,41	81,40	692



№ п/п: 5 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
бс2/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
мд2/115 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
тл2/2023 Салат-бар	75		2,7	6,6	6,9	98
свекла отварная	45					
кукуруза консервирован.	25					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>3,10</b>	<b>3,97</b>	<b>10,37</b>	<b>90</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
зс2/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
тл2/2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
тл2/2021 Шашлык куриный (на шампуре)	80		13,7	14,0	1,00	184
тл2/2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
тл2/2020 Ежики рыбные с рисом и овощами	60/30		9,57	10,4	9,23	169
зв2/2016 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
зс2/2016 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>12,86</b>	<b>13,69</b>	<b>4,07</b>	<b>190</b>
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
бс2/215 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
мд2/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
зл2/2015 Пюре картофельное	150		4	5,6	26,4	175
	<b>сред.</b>		<b>5,00</b>	<b>5,52</b>	<b>31,97</b>	<b>199</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
тл2/2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
тл2/2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	<b>сред.</b>		<b>0,40</b>	<b>0,03</b>	<b>13,25</b>	<b>56</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	<b>Итого с самост.блю дом-</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,25</b>	<b>23,46</b>	<b>73,79</b>	<b>603</b>



Ланч МАРТ 1 неделя

С.И.И.И.И.

СУББОТА

Наименование блюда

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Десерт фруктовый (яблоки)

Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом

Сок и ассортименте разливной 1л

Хлеб ржано-пшеничный

выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
90		0,4	0,4	8,8	42
180/5		21,4	17,9	37,733	398
200		1,35	0,27	12,15	59
30		1,5	0,3	13,5	66
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,65</b>	<b>18,87</b>	<b>72,18</b>	<b>565</b>



Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
калькулятор

*[Handwritten signatures]*



"Утверждаю"  
Директор Общеобразовательного  
учреждения

*Kes*

"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 11 по 16 марта, с 25 по 30 марта 2024 г

3-я неделя МАРТ  
на 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
пирог Восточный фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
пирог Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
салат Салат-бар	50		2,1	5,7	4,76	79
капуста цветная отварная	40					
соль	0,1					
фасоль красная консервиров.	25					
масло растительное	5					
<b>сред.</b>		<b>2,90</b>	<b>3,67</b>	<b>9,65</b>	<b>84</b>	
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
суп Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
плов Плов мясной с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
рыба Рыба (длина 1) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,9	212
курица Курица тушенная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
картофель Картофель отварный	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
<b>сред.</b>		<b>15,44</b>	<b>18,76</b>	<b>3,43</b>	<b>245</b>	
плов Плов с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
<b>сред.</b>		<b>21,70</b>	<b>28,00</b>	<b>36,80</b>	<b>493</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
каша Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
картофель Картофельные котлеты отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
картофель 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>						
чай Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
сок Сок фруктовый из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
<b>сред.</b>		<b>0,40</b>	<b>0,03</b>	<b>13,25</b>	<b>56</b>	
хлеб Хлеб дрожжево-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
<b>Итого с самост.бл юдом-</b>		<b>79,00</b>	<b>26,89</b>	<b>31,95</b>	<b>73,83</b>	<b>701</b>
<b>Итого-</b>		<b>79,00</b>	<b>25,50</b>	<b>27,46</b>	<b>66,60</b>	<b>619</b>

каб. № 2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
630/2023 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с)	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	80		2,7	6,6	6,9	98
свекла отварная	45					
кукуруза консервирован.	25					
сыр	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>	<b>3,30</b>	<b>2,65</b>	<b>12,10</b>	<b>87</b>	
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
630/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/8/8		19,8	14,2	3,2	221
260/2016 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
	<b>сред.</b>	<b>14,99</b>	<b>13,33</b>	<b>5,13</b>	<b>200</b>	
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448
ТТК 2023 Жаркое из птицы	40/160		11,4	11,3	29,1	263
	<b>сред.</b>	<b>22,70</b>	<b>17,80</b>	<b>49,10</b>	<b>448</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
630/2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
630/2017 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
630/2018 Капуста тушеная	180		4,32	7,4	18,24	160
	<b>сред.</b>	<b>5,24</b>	<b>6,45</b>	<b>36,45</b>	<b>226</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	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	<b>Итого с</b>	<b>79,00</b>	<b>27,96</b>	<b>20,71</b>	<b>84,91</b>	<b>642</b>
	<b>самост. бл</b>					
	<b>юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>25,49</b>	<b>22,69</b>	<b>77,39</b>	<b>619</b>
	<b>Итого-</b>					





№00, рен 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
кззззз Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
мззззз Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ткзззз Салат-бар	60		6,8	10,8	1,3	130
яицо вареное вкрутую	1/40					
зеленый горошек консервиров.	15					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>4,47</b>	<b>5,37</b>	<b>8,50</b>	<b>101,0</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
лвзззз Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ткзззз Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ткзззз Гуляш из филе индейки	45/45		9,00	11,30	1,9	146
ткзззз Рыба запеченная с овощами	75/25		15,9	11,4	2,6	176
ткзззз Шашлык куриный (на шампуре)	80		13,7	14,0	1,00	184
зкзззз Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>12,56</b>	<b>14,30</b>	<b>2,86</b>	<b>190</b>
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
кззззз Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ткзззз Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
кззззз Макароны изделия отварные (м/растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ткзззз Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	<b>сред.</b>		<b>4,53</b>	<b>5,63</b>	<b>26,71</b>	<b>175,7</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ткзззз Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
кззззз 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	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>19,00</b>	<b>20,18</b>	<b>54,31</b>	<b>477</b>



№09 от 4 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
вз2221 Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42	
тк2222 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15	6,2	4,90	15,4	131	
тк2223 Салат-бар	55	2,2	5,8	4,75	74	
капуста брокколи отварная	25					
фасоль красная консервиров.	25					
соль	0,12					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>	<b>2,93</b>	<b>3,70</b>	<b>9,65</b>	<b>82</b>	
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
кв2224 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10	7	6,3	26,4	191	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
тк2225 Котлеты мясо-картофельные	90	12,3	11,1	8,3	179	
тк2226 Рыба залеченая	100	23,00	13,20	4,4	228	
тк2227 Гуляш из птицы	45/45	13,2	13,8	3,00	189	
	<b>сред.</b>	<b>16,17</b>	<b>12,70</b>	<b>5,23</b>	<b>199</b>	
тк2228 Плов с говядиной	40/160	11,1	13,3	34,5	305	
тк2229 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5	22,7	17,8	49,1	448	
	<b>сред.</b>	<b>16,90</b>	<b>15,55</b>	<b>41,80</b>	<b>377</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
кв2230 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
кв2231 Спагетти отварные (масло растит.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
кв2232 Картофель тушеный	180	3,9	12,7	29,4	249	
	<b>сред.</b>	<b>5,10</b>	<b>8,20</b>	<b>40,17</b>	<b>255</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
тк2233 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
тк2234 Напиток из урюка	200	0,8	0,1	18,5	79	
	<b>сред.</b>	<b>0,40</b>	<b>0,03</b>	<b>13,25</b>	<b>56</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68	
	<b>Итого с</b>	<b>79,00</b>	<b>22,12</b>	<b>19,53</b>	<b>78,83</b>	<b>582</b>
	<b>самост.бл</b>					
	<b>юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>26,49</b>	<b>24,88</b>	<b>82,43</b>	<b>660</b>
	<b>Итого-</b>					



№09 от 5 день

Наименование блюд	выход	стоимостбелки	жиры	углев.	ККАЛ	
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
6322013 Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42	
м62215 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15	6,2	4,9	15,4	131	
т1к2003 Салат-бар	75	2,7	6,6	6,9	98	
свекла отварная	45					
кукуруза консервирован.	25					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>	<b>3,10</b>	<b>3,97</b>	<b>10,37</b>	<b>90</b>	
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
622216 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5	2,04	6,7	12,66	111	
	<b>сред.</b>	<b>2,04</b>	<b>6,70</b>	<b>12,66</b>	<b>111</b>	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
т1к2021 Рыба (филе) запеченная с сыром	80/10	21,1	13,9	2,8	215	
т1к2022 Биточки рыбные из фарша минтая	90	16,2	5,9	5,9	135	
6602016 Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,90	2,60	208	
2432016 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226	
т1к2019 Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332	
	<b>сред.</b>	<b>17,62</b>	<b>16,06</b>	<b>2,62</b>	<b>223</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
6322016 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
м62016 Макароны изделия отварные (м/растит.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
м62016 Пюре картофельное	180	4	5,6	26,4	175	
	<b>сред.</b>	<b>5,00</b>	<b>5,52</b>	<b>31,97</b>	<b>199</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
т1к2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
т1к2021 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	15/15	1,89	0,25	14,13	68	
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>26,56</b>	<b>28,53</b>	<b>70,48</b>
					<b>637</b>	



Ланч МАРТ 2 неделя

07.03.2016 день

СУББОТА

Наименование блюд

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Ягоды Даблорт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,65</b>	<b>18,87</b>	<b>72,2</b>	<b>565</b>	



*Handwritten signature in blue ink.*

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор

*Handwritten signatures in blue ink, including one that appears to be 'Е.Корень'.*