

КОМПЛЕКС 1						
Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
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>

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					
Котлеты "Столичные"	90		8,1	4,05	3,4	83
Макароны отварные с сыром	140		5,39	6,65	29,98	201
<b>Напитки на выбор:</b>						
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
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
<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>66,80</b>	<b>16,42</b>	<b>17,90</b>	<b>65,05</b>	<b>481</b>

## Комплекс № 1

Шашлык из куриных грудок (с Переменкой, на шампуре)	70		13,3	13,4	0,90	176
Рис отварной	100		2,6	3,6	26,7	150
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>16,67</b>	<b>17,15</b>	<b>42,3</b>	<b>391</b>	

## КОМПЛЕКС № 1

Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	177
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
<b>Итого:</b>	<b>35,00</b>	<b>12,59</b>	<b>16,42</b>	<b>60,07</b>	<b>443</b>	

Директор *Солженицина*  
 Калькулятор  
 Зав. производством *Е*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru





Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
<b>Салат-бар</b>	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>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
Рыба (филе ) по-Московски	85/20	21,4	14,9	1,9	227
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226
	<b>сред.</b>	<b>16,97</b>	<b>15,20</b>	<b>3,63</b>	<b>217</b>
Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	27,956	496
Блинчики п/ф со сгущённым молоком	4шт/180/15	11	8	64,1	373
	<b>сред.</b>	<b>15,70</b>	<b>20,67</b>	<b>46,03</b>	<b>434</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>					
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248
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 черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
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</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
	<b>Итого с</b>				
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>19,92</b>	<b>27,17</b>	<b>86,24</b>
	<b>юдом-</b>				
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>26,05</b>	<b>26,45</b>	<b>69,99</b>
					<b>625</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

*Солтаново Илья*

*Иль*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru





Школа 70

# Меню

17.10.2023

КОМПЛЕКС 1						
Каша Геркулесовая вязкая	150		4	5,8	20	148
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>4,77</b>	<b>5,96</b>	<b>34,74</b>	<b>213</b>

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат - бар	60		5,43	6,65	6,78	108
Огурцы свежие порциями	20					
Капуста белокачанная	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Жаркое из птицы (грудки куриные)	40/120		12,98	10,63	28,5	262
<b>Напитки на выбор:</b>						
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
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
<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>66,80</b>	<b>20,15</b>	<b>19,21</b>	<b>73,97</b>	<b>546</b>

Комплекс № 1						
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		4,6	4,0	5,23	75
Спагетти отварные (с м/сливоч.)	180		6,722	6,1	43,1	254
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>13,92</b>	<b>10,62</b>	<b>71,73</b>	<b>443</b>

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

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

*Сотникова И.И.*

*И.И.*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»





Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
<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>

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	80/5/10	19,8	14,2	3,2	221
Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
<b>сред.</b>		<b>14,86</b>	<b>14,10</b>	<b>5,09</b>	<b>207</b>
Грудки куриные по-французски	200	18,9	32,1	18,8	441
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150	16,2	15,8	22	296
<b>сред.</b>		<b>18,90</b>	<b>32,10</b>	<b>18,80</b>	<b>441</b>

**ГАРНИРЫ**

Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,72	6,1	43,1	254
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>

**НАПИТКИ**

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
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</b>

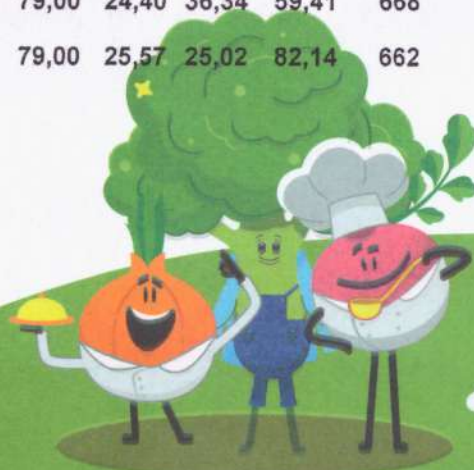
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
---	-------	------	-----	-------	----

Итого с самост.бл юдом-	79,00	24,40	36,34	59,41	668
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>25,57</b>	<b>25,02</b>	<b>82,14</b>	<b>662</b>

Директор *Евгеньевана*  
Калькулятор  
Зав. производством *Тя*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru







КОМПЛЕКС 1						
Каша гречневая вязкая	140		3,27	4,33	20,56	134
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>4,04</b>	<b>4,49</b>	<b>35,30</b>	<b>199</b>

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					
Сосиски отварные	2 шт/100		8,60	4,80	11,75	125
Каша гречневая вязкая с маслом	140/5		3,31	7,95	20,59	167
<b>Напитки на выбор:</b>						
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
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
<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>66,80</b>	<b>15,75</b>	<b>19,94</b>	<b>67,03</b>	<b>505</b>

## Комплекс № 1

Котлеты "Школьные"	90		11,46	9,9	9,6	172
Картофель запечённый (с паприкой)	140		3,267	7,7	26,51	189
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>15,50</b>	<b>17,70</b>	<b>50,76</b>	<b>426</b>	

## КОМПЛЕКС № 1

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

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

*Степановича*  
*Дз*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru





Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
<b>Салат-бар</b>	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				
	<b>сред.</b>	<b>1,29</b>	<b>3,34</b>	<b>11,75</b>	<b>84</b>

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

Котлеты Appetitные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8	216
Гуляш из филе куриных грудок	60/40	17,3	17,3	2,60	236
Рыба запеченая (филе)	90	20,8	11,9	3,9	205
Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>	<b>15,58</b>	<b>16,00</b>	<b>3,83</b>	<b>221</b>
Лазанья с мясом	200	21,7	28,0	36,8	493
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/20	20,2	21,7	36,1	422
	<b>сред.</b>	<b>20,95</b>	<b>24,85</b>	<b>36,45</b>	<b>458</b>

**ГАРНИРЫ**

Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Картофель запечённый (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248
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>

**НАПИТКИ**

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Напиток яблочный	200			13,1	53
	<b>сред.</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>10,62</b>	<b>44</b>

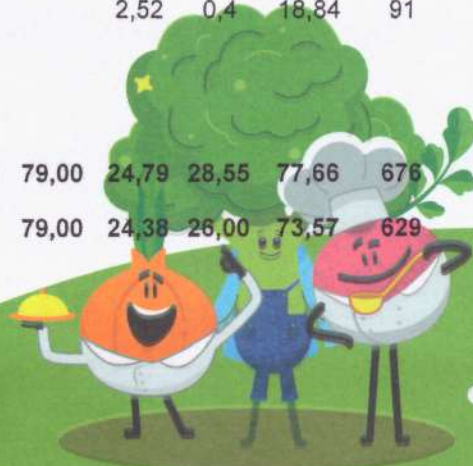
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
---	-------	------	-----	-------	----

Директор *Сотникова*  
 Калькулятор  
 Зав. производством *А*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

Итого с самост.бл юдом-	79,00	24,79	28,55	77,66	676
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,38</b>	<b>26,00</b>	<b>73,57</b>	<b>629</b>







КОМПЛЕКС 1						
Каша полбяная вязкая	140		3,40	4,30	18,1	125
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>4,17</b>	<b>4,46</b>	<b>32,8</b>	<b>190</b>

## ЧЕТВЕРГ

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
<b>Салат - бар</b>	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					
Плов с говядиной	40/120		12,20	10,60	23,09	237
<b>Напитки на выбор:</b>						
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
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
<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>66,80</b>	<b>15,88</b>	<b>18,28</b>	<b>64,03</b>	<b>481</b>

## Комплекс № 1

Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,2	0,8	226
Рагу овощное	120		2,28	6,12	13,44	119
Компот из плодов сушёных (урюк)	200		0,80	0,06	18,50	79
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>14,73</b>	<b>26,63</b>	<b>43,99</b>	<b>479</b>

## КОМПЛЕКС № 1

Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	5,61	17,2	145
Кофейный напиток с молоком	180		2,97	1,35	18,96	108
Батон	32		2,4	0,92	16,44	84
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>15,16</b>	<b>11,87</b>	<b>52,60</b>	<b>390</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

*Степановская Елена*

*А*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru





Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
<b>Салат-бар</b>	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				
<b>сред.</b>		<b>1,59</b>	<b>6,13</b>	<b>12,33</b>	<b>113</b>
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
Котлеты мясо-картофельные	90	12,3	11,1	8,3	179
Рыба запечённая с овощами	90/30	19	11,9	3,1	196
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226
<b>сред.</b>		<b>16,13</b>	<b>13,40</b>	<b>4,20</b>	<b>200</b>
Плов с говядиной	40/120	11,1	13,3	34,5	305
Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	27,956	496
<b>сред.</b>		<b>15,75</b>	<b>23,32</b>	<b>31,23</b>	<b>400</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>					
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,72	6,1	43,1	254
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>					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
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</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>19,93</b>	<b>29,82</b>	<b>71,98</b>	<b>643</b>
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>25,21</b>	<b>27,16</b>	<b>82,05</b>	<b>677</b>

Директор *Сотникова И.И.*  
 Калькулятор  
 Зав. производством *И.И.*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru







КОМПЛЕКС 1						
Каша пшённая вязкая	140		3,95	4,68	22,62	148
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>4,72</b>	<b>4,84</b>	<b>37,36</b>

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					
Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		8,2	5	10,23	119
Пюре картофельное	140		3,06	4,35	20,56	136
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
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>66,80</b>	<b>17,00</b>	<b>16,71</b>	<b>76,41</b>	<b>525</b>

## Комплекс № 1

Цыплята запечённые	90		24,03	22,1	0,9	299
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Кисель из концентрата	200				13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>29,73</b>	<b>27,92</b>	<b>53,91</b>	<b>591</b>

## КОМПЛЕКС № 1

Десерт фруктовый (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		7,8	10,22	36,52	269
Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
Батон	20		1,50	0,58	10,28	52
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>9,80</b>	<b>18,45</b>	<b>63,87</b>	<b>463</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

*Султанов*

*А.С.*

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru







Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
<b>Салат-бар</b>	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				

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10	6,3	12,1	15,50	197
<b>сред.</b>		<b>3,00</b>	<b>6,23</b>	<b>12,30</b>	<b>119</b>

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	90/10	17,6	10,9	3,6	183
Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169

**сред.** 16,57 14,83 5,41 221

Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120	10,3	10,9	21,6	226
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30	28	9,4	42,5	371

**сред.** 19,15 10,15 32,05 299

### ГАРНИРЫ

Каша гречневая рассыпчатая	180	7,95	6,5	50,25	291
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248
Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44	175
<b>сред.</b>		<b>6,23</b>	<b>5,82</b>	<b>39,93</b>	<b>238</b>

### НАПИТКИ

Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10	0,55	0,1	13,4	58
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
<b>сред.</b>		<b>0,28</b>	<b>0,03</b>	<b>11,80</b>	<b>50</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
---	-------	------	-----	-------	----

Итого с самост.бл юдом-	79,00	24,95	16,76	74,99	558
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>28,59</b>	<b>27,27</b>	<b>88,28</b>	<b>718</b>

Директор *Степанова Ирина*  
Калькулятор  
Зав. производством *КБ*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

