

МЕНЮ

Младшие ЛАНЧ Ноябрь 2022 г (б/питание)

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углевод, ы, г	Калорий ность,
Понедельник 1 неделя 07.11.2022							
№49 Сбор. 2004г./ЛТК	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 60 г	60		0,632	6,043	9,341	95
ТТК от 2020г	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ ЗАПЕЧЕННЫЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	80/10		10,150	6,360	8,130	131
по акту от 24.02.2011г	МАКАРОНЫ ТВЕРДЫХ СОРТОВ ОТВАРНЫЕ (масло раст.) 150 г	150		5,602	5,068	35,906	212
№ 701 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 г	200		0,100	0,100	6,100	26
ТТК от 2021г	ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ АМЕРИКАНЕР С КУНЖУТОМ 15 г КП	15		0,500	1,620	5,250	38
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 20 г	20		1,000	0,200	9,000	44
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 г	20		1,520	0,160	9,840	47
	Итого:		62,10	19,50	19,55	83,57	593
Вторник 1 неделя 08.11.2022							
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) 100 г	100		0,400	0,400	9,800	47
ТТК (Акт 19.09.2018 г)	БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/45/10 г (45 г п/ф комбинат 19.09.2018г)	45/10		2,190	2,520	13,500	85
ТТК 2021 г	ЖАРКОЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНЫХ ГРУДОК 40/140 г	40/140		11,770	12,050	22,530	250
ТТК от 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ 200/8/5 г	200/8/5		0,066	0,010	8,139	34
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 25 г	25		1,250	0,250	11,250	55
	Итого:		62,10	15,68	15,23	65,22	471
Среда 1 неделя 09.11.2022							
№ 45 Сбор. 2015 г Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60 (капуста, морковь, сахар, м/растит)	60		0,931	3,051	5,64	54
ТТК 2021г июль	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ 40/150 г Ланч	40/150		11,617	14,594	40,09	341
ТТК от 2021г	ЧАЙ С САХАРОМ 200/8 г	200/8		0,021	0,005	7,98	32
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 20 г	20		1,000	0,200	9,00	44
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 22 г	22		1,672	0,176	10,82	52
	Итого:		62,10	15,24	18,03	73,53	523
Четверг 1 неделя 10.11.2022							
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) 100 г	100		0,400	0,400	9,800	47
Сб., М: Дели плюс, 2015, рец. №52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом) 60 г	60		0,855	3,653	5,016	56
ТТК декабрь 2019г	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК 50/50 г	50/50		8,000	8,600	1,800	117
ТТК 2014г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150 г	150		6,622	5,390	21,870	162
№ 699 Сбор. рец. 2004 год	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200 г	200		0,144	0,016	24,432	101
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 20 г	20		1,000	0,200	9,000	44
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 г	20		1,520	0,160	9,840	47
	Итого:		62,10	18,54	18,42	81,76	574
Пятница 1 неделя 11.11.2022							
ТТК (Акт 19.09.2018 г)	БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/45/10 г (45 г п/ф комбинат 19.09.2018г)	45/10		2,190	2,524	13,500	85
ТТК от 2021г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ИЗ МИНТАЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	65/25		9,250	7,660	2,050	115
по акту от 21.09.2020	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150 г	150		3,282	4,657	22,027	146
№348/2015г, Дели	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ (УРЮК) 200 г	200		1,000	0,080	30,560	128
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 20 г	20		1,000	0,200	9,000	44
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 г	15		1,140	0,120	7,380	35
	Итого:		62,10	17,86	15,24	84,52	553
Директор							
Калькулятор							
Зав. производством							

8(800)234-33-88

@depta.kzn



"Согласовано"
 Директор Общеобразовательного
 учреждения

Меню

"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

1 - я неделя НОЯБРЬ

с 7 по 12 ноября, с 21 по 26 ноября 2022г,

№Сб.реп 1 день

Наименование блюд

У/Х

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Сб.2013	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2019	Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
47/2015	Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88
		100	1,05	10,1	15,6	158
ТТК 2016	Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75	5,2	10,5	7,8	147
		сред.	2,15	7,57	11,78	125
		250/11	7,76	7,2	19,4	174

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2019	Рыба (филе) по-Московски	70/20	18	13,8	2	204
ТТК 2021	Грудка куриная в томатном соусе	50/50	9,9	10,6	3,6	150
		сред.	12,49	11,61	4,94	174
ТТК 2021	Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,76	357
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	28	496
ТТК 2019	Рыбный киш	170	24,4	30,22	34,944	510
		сред.	18,89	26,17	35,23	454

ГАРНИРЫ

ТТК 2016	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2014	Макаронные изделия отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,13	248
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80
		сред.	4,96	4,84	26,11	167

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2021	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,1	11,9	49
		сред.	0,04	0,04	9,95	40,5
	Хлеб пшенично-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91

Директор
 Калькулятор
 Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Итого с
 самост.бл
 юдом

73,00

73,00

Итого

73,00

73,00

73,00

73,00

73,00

73,00

73,00

73,00

Меню

№Сб. пер 2 день 8/11

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
	120		0,48	0,48	11,76	56
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	100		1,43	6,09	8,36	94
52/2015 Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		2,08	15,24	6	170
ТТК 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	80		5,3	12,9	5,4	159
ТТК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка						
	сред.		3,10	7,92	9,38	122
	250/11/10		3,9	8,2	12,8	142

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
	сред.		15,54	13,90	3,89	201
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
ТТК 2021 Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
	сред.		17,55	16,15	27,50	326

ГАРНИРЫ

ТТК 2021 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
ТТК 2014 Спагетти отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,14	248
139/2015 Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,97	6,13	29,20	194

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,07	0,01	9,60	39

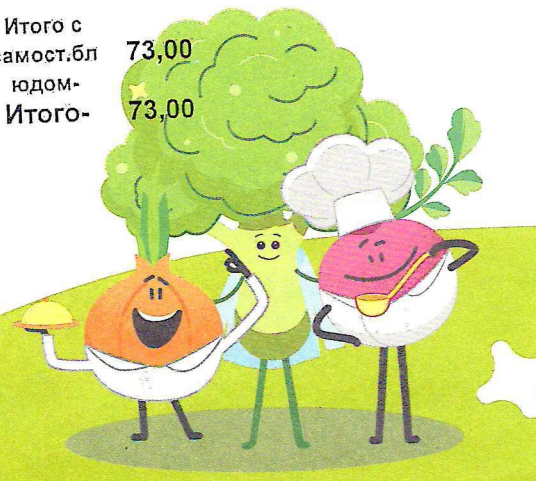
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Итого с
самост.бл 73,00
юдом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



№Сб. рец.

3-ий день 9/х

Меню



Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
47/2015 Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
68/2015 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
тتك 2019 Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	7,2	1,70	92
тتك 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		1,91	6,60	8,89	104
	250		2,86	3,1	20,9	123
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
тتك 2021 Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
тتك 2022 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
тتك 2021 Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
тتك 2022 Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		16,12	15,26	4,66	219
тتك 2021 Запеканка картофельная с мясом	200		14,4	18,3	27,667	331
тتك 2021 Вареники с творогом, со сгущённым молоком	200/20		27,3	9,6	57,7	430
	сред.		20,87	13,97	42,68	380,56
ГАРНИРЫ						
тتك 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
тتك 2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
тتك 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		12,70	20,00	90,9	591,00
НАПИТКИ						
тتك 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
699/2004 Напиток Лимонный	200		0,14		24,43	101
	сред.		0,07	0,00	16,22	67
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

Итого с
самост.бл
юдом-
Итого-

73,00

73,00



Меню

№Сб. рей 4 день 10/11

Наименование блюда

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Сб.2013	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
37/2015	Салат картофельный с солён.огурцами, зелёным горошком	100/5	1,46	5,3	9,83	93
ТТК2022	Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100	1,5	8,6	9	121
ТТК 2021	Салат с фасолью (фасоль консер, морковь отв, огурцы солён, м/раст.)	100	3,1	8,4	8,6	123
ТТК 2019	Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
	сред.		1,79	6,89	10,94	114
		250/11/10	3,33	6,4	7,56	128

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Рыба запечённая с овощами	75/25	15,8	9,9	2,61	163
ТТК 2021	Люля кебаб с соусом томатным	80/20	14,5	14,2	6,91	211
ТТК 2021	Гуляш из куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,235	209
ТТК2020	Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391
	сред.		16,92	18,10	3,64	244
ТТК 2021	Голубцы ленивые	200	15,8	21,8	24,7	359
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	28	496
	сред.		18,10	27,55	26,35	428

ГАРНИРЫ

ТТК2016	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014	Макаронные изделия отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,13	248
ТТК	Картофель тушёный	180	3,9	12,7	29,4	249
	сред.		4,96	7,89	32,98	223

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7	0,05		8,13	34
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

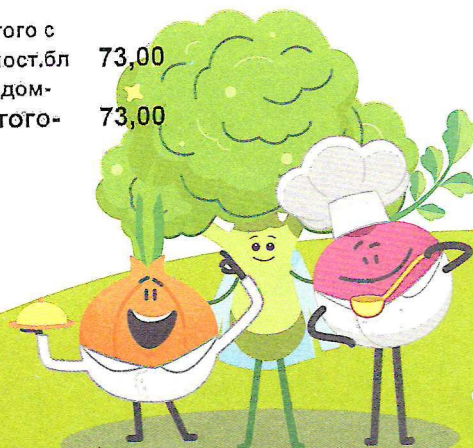
15/15 1,89 0,3 14,13 68

Итого с
самост.бл 73,00
юдом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

№Сб. прей 5 день 11/11

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
68/2015 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		2,03	6,16	12,17	113
	250/5		2,42	6,1	17,1	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
ТТК 2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
ТТК 2020 Говядина со стручковой фасолью	40/50		15,6	21,6	4	274
	сред.		15,53	15,31	3,93	215
	3шт/105/20		28,7	8,6	33,6	331
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
	сред.		23,85	12,45	33,55	344
ГАРНИРЫ						
ТТК Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		3,98	7,85	34,10	224
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Компот из замороженной вишни	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,10	0,01	9,67	40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	15,38	79

Итого с
самост.бл 73,00
юдом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

Ланч

№Сб. рейс 6 день 12/11
СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

сб.2013	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
ткк 2014	Спагетти отварные (м/сл.)	180	6,8	3,9	43,2	235
ткк 2021	Компот из урюка	200	0,05		8,13	34
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
	Итого-	73,00	18,73	24,65	72,89	595

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

