

"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

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани  
с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & chill)

1 - я неделя СЕНТЯБРЬ

с 29 августа по 3 сентября, с 12 по 17 сентября, с 26 сентября по 1 октября 2022 г

№Об.реш 1 день

| Наименование блюд  | выход        | стоимость | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ        |
|--|--------------|-----------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>                          |              |           |              |              |              |             |
| 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         |
| ТТК 2015 Яйцо под соусом "Переменка"                                       | 48/10        |           | 6,4          | 11,3         | 0,8          | 130         |
| 71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)                                | 100          |           | 1,1          | 0,2          | 3,8          | 24          |
| 45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.) | 100          |           | 1,55         | 5,1          | 9,41         | 91          |
| ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками                     | 80           |           | 5,89         | 12,0         | 8,912        | 168         |
|  | <b>сред.</b> |           | <b>2,97</b>  | <b>6,79</b>  | <b>8,36</b>  | <b>108</b>  |
| <b>1-ые БЛЮДА</b>  |              |           |              |              |              |             |
| 102/2015 Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы              | 250/11       |           | 7,76         | 7,2          | 19,4         | 174         |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>  |              |           |              |              |              |             |
| ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном                             | 60/40        |           | 9,57         | 10,4         | 9,23         | 169         |
| ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски  | 80/20        |           | 20,2         | 14,5         | 1,94         | 219         |
| ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе                                   | 60/40        |           | 2,2          | 12,1         | 2,9          | 170         |
|  | <b>сред.</b> |           | <b>10,67</b> | <b>12,34</b> | <b>4,69</b>  | <b>186</b>  |
| ТТК 2021 Плов куриными грудками, огурцы свежие- доп. гарнир                | 50/150/70    |           | 16,4         | 20,0         | 40           | 413         |
| ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром   | 180          |           | 21,6         | 35,3         | 29,6         | 525         |
| ТТК 2019 Рыбный киш  | 180          |           | 25,8         | 32           | 37           | 540         |
|  | <b>сред.</b> |           | <b>21,27</b> | <b>29,10</b> | <b>35,53</b> | <b>493</b>  |
| <b>ГАРНИРЫ</b>   |              |           |              |              |              |             |
| 302/2015 Каша гречневая рассыпчатая  | 180          |           | 7,95         | 6,5          | 50,3         | 291         |
| 202/2015 Макароны изделия отварные   | 180          |           | 6,77         | 5,4          | 43,13        | 248         |
| 139/2015 Капуста тушёная   | 180          |           | 4,21         | 7,4          | 18           | 159         |
|  | <b>сред.</b> |           | <b>6,31</b>  | <b>6,43</b>  | <b>37,14</b> | <b>233</b>  |
| <b>НАПИТКИ</b>   |              |           |              |              |              |             |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром                               | 200/8        |           |              |              | 8            | 32          |
| 348/2015 Компот из плодов сушёных (урюк)                                   | 200          |           | 1            | 0,1          | 30,56        | 128         |
|  | <b>сред.</b> |           | <b>0,50</b>  | <b>0,04</b>  | <b>19,28</b> | <b>80,0</b> |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с                                    | 20/20        |           | 2,52         | 0,4          | 18,84        | 91          |

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

№Сб. пр. **2 день**

| Наименование блюд   | выход        | стоимость | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ       |
|---|--------------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>                              |              |           |              |              |              |            |
| 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        |
| 23/2015 Салат из свежих помидоров (с луком)                                     | 100          |           | 1,11         | 6,18         | 4,62         | 81         |
| ТТК 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)   | 100          |           | 2,08         | 15,24        | 6            | 170        |
| ТТК 2017 Салат "Успех" (огурцы свежие, яйцо, сыр, соус Переменка)               | 80           |           | 3,6          | 6,032        | 1,44         | 74         |
|   | <b>сред.</b> |           | <b>2,69</b>  | <b>6,57</b>  | <b>7,84</b>  | <b>102</b> |
| <b>1- ые БЛЮДА</b>  |              |           |              |              |              |            |
| 82/2015 Борщ со свеж.капустой, картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной | 250/11/5     |           | 3,3          | 6,4          | 10,65        | 113        |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>   |              |           |              |              |              |            |
| 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) с соусом Переменка             | 80/10        |           | 13,8         | 17,9         | 1,40         | 221        |
| ТТК 2020 Рыба (филе) по-итальянски с сыром                                      | 75/5         |           | 13,8         | 8,2          | 3            | 141        |
|   | <b>сред.</b> |           | <b>13,29</b> | <b>12,67</b> | <b>4,43</b>  | <b>184</b> |
| ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка             | 180/20       |           | 21,4         | 22,5         | 38,3         | 442        |
| ТТК 2021 Жаркое из птицы (грудки куриные)                                       | 50/150       |           | 16,1         | 16           | 21,5         | 295        |
|   | <b>сред.</b> |           | <b>18,75</b> | <b>19,25</b> | <b>29,90</b> | <b>369</b> |
| <b>ГАРНИРЫ</b>  |              |           |              |              |              |            |
| 312/2015 Пюре картофельное  | 180          |           | 3,94         | 5,6          | 26,46        | 175        |
| 309/2015 Спагетти отварные (с маслом слив.)                                     | 180          |           | 6,77         | 5,4          | 43,14        | 248        |
|   | <b>сред.</b> |           | <b>5,36</b>  | <b>5,47</b>  | <b>34,80</b> | <b>211</b> |
| <b>НАПИТКИ</b>  |              |           |              |              |              |            |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном                           | 200/8/5      |           | 0,05         |              | 8,13         | 34         |
| 699/2004 Напиток Лимонный   | 200          |           | 0,14         | 0,0          | 24,43        | 101        |
|   | <b>сред.</b> |           | <b>0,10</b>  | <b>0,00</b>  | <b>16,28</b> | <b>68</b>  |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с   | 25/20        |           | 2,77         | 0,4          | 21,1         | 102        |

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

№Сб. рец.

**3-ий день****Наименование блюд**

|  | <b>выход</b> | <b>стоимость</b> | <b>белки</b> | <b>жиры</b>  | <b>углев.</b> | <b>ККАЛ</b>   |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>               |              |                  |              |              |               |               |
| Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)                                   | 120          |                  | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 56            |
| ТТК2013 Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами        | 100          |                  | 1,29         | 10,1         | 3,61          | 111           |
| ТТК2019 Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит.) | 40/40/5      |                  | 0,9          | 5,15         | 2,85          | 62            |
| 10/2001 Салат из моркови с яблоками                              | 100          |                  | 0,99         | 10,14        | 8,80          | 132           |
|  | <b>сред.</b> |                  | <b>0,92</b>  | <b>6,47</b>  | <b>6,76</b>   | <b>90</b>     |
| <b>1- ые БЛЮДА</b>   |              |                  |              |              |               |               |
| 103/2015 Суп картофельный с вермишелью                           | 250          |                  | 2,86         | 3,1          | 20,9          | 123           |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>  |              |                  |              |              |               |               |
| ТТК 2021 Котлеты "Пожарские" с соусом томатным                   | 80/20        |                  | 11,5         | 11,2         | 8,52          | 178           |
| ТТК 2022 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом            | 70/5         |                  | 19,1         | 19,1         | 2,5           | 260           |
| ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)                                  | 80           |                  | 18,5         | 10,6         | 3,5           | 182           |
| ТТК 2022 Нагетсы куриные с соусом томатным                       | 5шт/80/20    |                  | 16,6         | 20,7         | 4,3           | 266           |
|  | <b>сред.</b> |                  | <b>16,42</b> | <b>15,41</b> | <b>4,71</b>   | <b>222</b>    |
| ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом                          | 200          |                  | 14,4         | 18,3         | 27,7          | 331           |
| ТТК2021 Вареники с творогом, со сгущенным молоком                | 200/30       |                  | 27,3         | 9,6          | 57,7          | 430           |
|  | <b>сред.</b> |                  | <b>20,85</b> | <b>13,95</b> | <b>42,70</b>  | <b>380,50</b> |
| <b>ГАРНИРЫ</b>   |              |                  |              |              |               |               |
| ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)                       | 150          |                  | 3,5          | 8,2          | 28,4          | 202           |
| 304/2015 Рис отварной  | 180          |                  | 4,6          | 6,5          | 48            | 269           |
| ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная                    | 100          |                  | 3,9          | 3,6          | 8,8           | 80            |
|  | <b>сред.</b> |                  | <b>12,00</b> | <b>18,30</b> | <b>85,2</b>   | <b>551,00</b> |
| <b>НАПИТКИ</b>   |              |                  |              |              |               |               |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном            | 200/8/5      |                  | 0,05         |              | 8,13          | 34            |
| ТТК 2021 Напиток из шиповника                                    | 200          |                  | 0,01         |              | 10,2          | 41            |
|  | <b>сред.</b> |                  | <b>0,03</b>  | <b>0,00</b>  | <b>9,17</b>   | <b>38</b>     |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с                          | 20/20        |                  | 2,52         | 0,4          | 18,84         | 91            |

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

№Сб. реп **4 день**

| Наименование блюд  | выход        | стоимость        | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ       |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>                             |              |                  |              |              |              |            |
| Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)   | 120          |                  | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 56         |
| 71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)                                      | 100          |                  | 0,7          | 0,1          | 1,9          | 11         |
| ТТК 2016 Салат "Каприз" (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, м/растит.)     | 80           |                  | 2,2          | 9,6          | 4,5          | 115        |
| 53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.) | 100          |                  | 1,21         | 5,2          | 10,9         | 96         |
|  | <b>сред.</b> |                  | <b>1,15</b>  | <b>3,85</b>  | <b>7,27</b>  | <b>70</b>  |
| <b>1- ые БЛЮДА</b>   |              |                  |              |              |              |            |
|  |              |                  | 1,76         |              |              |            |
| 88/2015 Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной | 250/11/5     |                  | 3,33         | 6,4          | 7,56         | 120        |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>  |              |                  |              |              |              |            |
| ТТК 2021 Рыба (филе) 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 в томатном соусе  | 100          |                  | 24,5         | 25,4         | 2,22         | 337        |
|  | <b>сред.</b> |                  | <b>17,38</b> | <b>16,20</b> | <b>3,74</b>  | <b>230</b> |
| ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами   | 200          |                  | 18,1         | 15,1         | 48           | 400        |
| ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром   | 170          |                  | 20,4         | 33,3         | 27,956       | 496        |
|  | <b>сред.</b> |                  | <b>19,25</b> | <b>24,22</b> | <b>37,98</b> | <b>448</b> |
| <b>ГАРНИРЫ</b>   |              |                  |              |              |              |            |
| 303/2015 Каша гречневая вязкая   | 180          |                  | 4,2          | 5,6          | 26,41        | 173        |
| 202/2015 Макароны изделия отварные   | 180          |                  | 6,77         | 5,4          | 43,13        | 248        |
| 216/2004 Картофель тушёный   | 180          |                  | 3,9          | 12,7         | 29,4         | 249        |
|  | <b>сред.</b> |                  | <b>4,96</b>  | <b>7,89</b>  | <b>32,98</b> | <b>223</b> |
| <b>НАПИТКИ</b>   |              |                  |              |              |              |            |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном                          | 200/8/5      |                  | 0,05         |              | 8,13         | 34         |
| 348/2015 Компот из плодов сушёных (урюк)                                       | 200          |                  | 1            | 0,1          | 30,56        | 128        |
|  | <b>сред.</b> |                  | <b>0,53</b>  | <b>0,04</b>  | <b>19,35</b> | <b>81</b>  |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с  | 25/20        |                  | 2,77         | 0,4          | 21,1         | 102        |
|  |              | <b>Итого с</b>   |              |              |              |            |
|  |              | <b>самост.бл</b> | <b>73,00</b> |              |              |            |
|  |              | <b>юдом-</b>     |              |              |              |            |
|  |              | <b>Итого-</b>    | <b>73,00</b> |              |              |            |

№Сб. реп **5 день**

| Наименование блюд  | выход        | стоимость                               | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ         |
|--|--------------|---|--------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>                         |              |   |              |              |              |              |
| Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)   | 120          |   | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 56           |
| 71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)                                | 100          |   | 1,1          | 0,2          | 3,8          | 24           |
| 45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.) | 100          |   | 1,55         | 5,1          | 9,41         | 91           |
| ТТК 2015 Яйцо под соусом "Переменка"                                       | 48/10        |   | 6,4          | 11,3         | 0,8          | 130          |
| ТТК 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)                  | 100          |   | 1,05         | 10,1         | 15,6         | 158          |
|  | <b>сред.</b> |   | <b>2,12</b>  | <b>5,43</b>  | <b>8,27</b>  | <b>92</b>    |
| <b>1- ые БЛЮДА</b>   |              |   |              |              |              |              |
| 96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной                               | 250/5        |   | 2,42         | 6,1          | 17,1         | 134          |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>  |              |   |              |              |              |              |
| ТТК 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка                   | 70/5/5       |   | 17,5         | 10,6         | 2,7          | 175          |
| ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка        | 80/10        |   | 13,9         | 17,9         | 1,40         | 221          |
| ТТК2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным                | 80/20        |   | 11,8         | 13,6         | 7,91         | 200          |
| ТТК2020 Говядина со стручковой фасолью                                     | 40/50        |   | 15,6         | 21,6         | 4            | 274          |
|  | <b>сред.</b> |   | <b>11,76</b> | <b>12,75</b> | <b>3,20</b>  | <b>174</b>   |
| ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком                        | 3шт/105/30   |   | 29,5         | 9,4          | 39,2         | 364          |
| ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка        | 180/30       |   | 21,4         | 25,3         | 38,5         | 468          |
|  | <b>сред.</b> |   | <b>25,46</b> | <b>17,35</b> | <b>38,85</b> | <b>416</b>   |
| <b>ГАРНИРЫ</b>   |              |   |              |              |              |              |
| 304/2015 Рис отварной  | 180          |   | 4,6          | 6,5          | 48           | 269          |
| 541/2004 Рагу овощное  | 180          |   | 3,36         | 9,2          | 20,2         | 178          |
|  | <b>сред.</b> |   | <b>3,98</b>  | <b>7,85</b>  | <b>34,10</b> | <b>224</b>   |
| <b>НАПИТКИ</b>   |              |   |              |              |              |              |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном                      | 200/8/5      |   | 0,05         |              | 8,13         | 34           |
| ТТК 2021 Напиток из шиповника  | 200          |   | 0,01         |              | 10,2         | 41           |
|  | <b>сред.</b> |   | <b>0,03</b>  | <b>0,00</b>  | <b>9,17</b>  | <b>38</b>    |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с                                    | 25/20        |   | 2,77         | 0,4          | 21,1         | 102          |
|  |              | <b>Итого с<br/>самост. бл<br/>юдом-</b> |              |              |              | <b>73,00</b> |
|  |              | <b>Итого-</b>                           |              |              |              | <b>73,00</b> |

## Ланч

№Сб. реп 6 день

## СУББОТА

## ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

|   |              |              |              |              |            |
|---|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| 23/2015 Салат из свежих помидоров (без лука)          | 100          | 1,05         | 6,2          | 3,6          | 77         |
| 243/2015 Сосиски отварные                             | 2шт/100      | 10,4         | 20,1         | 0,8          | 226        |
| 309/2015 Спагетти отварные с маслом                   | 180/5        | 6,8          | 7,5          | 43,2         | 268        |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/7      | 0,05         |              | 8,13         | 34         |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с               | 20/20        | 2,52         | 0,4          | 18,84        | 91         |
| <b>Итого-</b>   | <b>73,00</b> | <b>20,82</b> | <b>34,20</b> | <b>74,57</b> | <b>696</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

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  
2 - я неделя СЕНТЯБРЬ с 5 по 10 сентября, с 19 по 24 сентября 2022г,

№Сб. пер 1 день

| Наименование блюд  | выход            | стоимост     | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ       |
|--|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>                         |                  |              |              |              |              |            |
| 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        |
| ТТК 2015 Яйцо под соусом "Переменка"                                       | 48/10            |              | 6,4          | 11,3         | 0,8          | 130        |
| 71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)                                | 100              |              | 1,1          | 0,2          | 3,8          | 24         |
| 45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.) | 100              |              | 1,55         | 5,1          | 9,41         | 91         |
| ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками                     | 100              |              | 7,36         | 15,0         | 11,14        | 210        |
|  | <b>сред.</b>     |              | <b>3,22</b>  | <b>7,29</b>  | <b>8,74</b>  | <b>115</b> |
| <b>1- ЫЕ БЛЮДА</b>   |                  |              |              |              |              |            |
| Сб.1983 Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками                  | 250/10/11        |              | 10,5         | 7,0          | 24,31        | 202        |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>  |                  |              |              |              |              |            |
| ТТК 2020 Тефтели из говядины в соусе томатном                              | 70/40            |              | 10,2         | 10,8         | 8,47         | 173        |
| ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски  | 75/20            |              | 19,1         | 14,1         | 1,94         | 212        |
| ТТК 2022 Грудки куриные запеченные с сыром, томатом                        | 80/5             |              | 25,3         | 24,14        | 0,411        | 321        |
| ТТК2020 Голень куриная в томатном соусе                                    | 100              |              | 24,5         | 25,4         | 2,22         | 337        |
|  | <b>сред.</b>     |              | <b>19,80</b> | <b>18,62</b> | <b>3,26</b>  | <b>261</b> |
| ТТК2016 Лазанья с мясом  | 160              |              | 17,7         | 24,1         | 25,9         | 410        |
| ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром   | 170              |              | 20,4         | 33,3         | 27,956       | 496        |
| ТТК2018 Блинчики п/ф со сгущённым молоком                                  | 4шт/180/40       |              | 12,8         | 10,1         | 78           | 455        |
|  | <b>сред.</b>     |              | <b>16,96</b> | <b>22,51</b> | <b>43,95</b> | <b>454</b> |
| <b>ГАРНИРЫ</b>   |                  |              |              |              |              |            |
| 309/2015 Спагетти отварные (с маслом растит.)                              | 180              |              | 6,72         | 6,1          | 43,1         | 254        |
| 303/2015 Каша гречневая вязкая   | 180              |              | 4,2          | 5,6          | 26,41        | 173        |
| 139/2015 Капуста тушёная   | 180              |              | 4,21         | 7,4          | 18           | 159        |
|  | <b>сред.</b>     |              | <b>5,04</b>  | <b>6,37</b>  | <b>29,17</b> | <b>195</b> |
| <b>НАПИТКИ</b>   |                  |              |              |              |              |            |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром                               | 200/8            |              |              |              | 8            | 32         |
| 348/2015 Компот из плодов сушёных (урюк)                                   | 200              |              | 1            | 0,1          | 30,56        | 128        |
|  | <b>сред.</b>     |              | <b>0,50</b>  | <b>0,04</b>  | <b>19,28</b> | <b>80</b>  |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с                                    | 20/15            |              | 1,89         | 0,3          | 14,13        | 75         |
|  | <b>Итого с</b>   |              |              |              |              |            |
|  | <b>самост.бл</b> | <b>73,00</b> |              |              |              |            |
|  | <b>юдом-</b>     |              |              |              |              |            |
|  | <b>Итого-</b>    | <b>73,00</b> |              |              |              |            |

| Наименование блюд  | выход                                   | стоимость    | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ       |
|--|---|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>                                 |   |              |              |              |              |            |
| 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        |
| 23/2015 Салат из свежих помидоров (с луком)  | 100                                     |              | 1,05         | 6,18         | 3,61         | 77         |
| ТТК 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)      | 100                                     |              | 2,08         | 15,24        | 6            | 170        |
| ТТК 2017 Салат "Успех" (огурцы свежие, яйцо, сыр, соус Переменка)                  | 80                                      |              | 3,6          | 6,032        | 1,44         | 74         |
|  | <b>сред.</b>                            |              | <b>2,68</b>  | <b>6,57</b>  | <b>7,64</b>  | <b>102</b> |
| <b>1- БИЕ БЛЮДА</b>  |   |              |              |              |              |            |
| 82/2015 Борщ со свежей капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной | 250/11/5                                |              | 3,75         | 7,5          | 12,57        | 133        |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>  |   |              |              |              |              |            |
| ТТК 2021 Бифштекс по-домашнему с соусом томатным                                   | 80/20                                   |              | 12,3         | 11,9         | 8,9          | 189        |
| ТТК 2020 Рыба (филе) по-итальянски с сыром   | 75/5                                    |              | 13,8         | 8,2          | 3            | 141        |
| ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)                                   | 90                                      |              | 13,9         | 17,9         | 1,40         | 221        |
|  | <b>сред.</b>                            |              | <b>13,32</b> | <b>12,67</b> | <b>4,43</b>  | <b>184</b> |
| ТТК 2022 Грудки куриные по-французски  | 180                                     |              | 17           | 29,0         | 16,9         | 397        |
| ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка                | 180/25                                  |              | 21,4         | 25,3         | 38,5         | 468        |
|  | <b>сред.</b>                            |              | <b>19,21</b> | <b>27,15</b> | <b>27,70</b> | <b>433</b> |
| <b>ГАРНИРЫ</b>   |   |              |              |              |              |            |
| 304/2015 Рис отварной  | 180                                     |              | 4,6          | 6,5          | 48           | 269        |
| 202/2015 Макароны изделия отварные с маслом  | 180/3                                   |              | 6,8          | 7,5          | 43,16        | 268        |
|  | <b>сред.</b>                            |              | <b>5,70</b>  | <b>7,02</b>  | <b>45,58</b> | <b>269</b> |
| <b>НАПИТКИ</b>   |   |              |              |              |              |            |
| ТТК 2021 Чай пакетированный с сахаром, урюком                                      | 200/8/10                                |              | 0,5          | 0,0          | 13,28        | 56         |
| ТТК 2021 Напиток из шиповника  | 200                                     |              | 0,01         |              | 10,2         | 41         |
|  | <b>сред.</b>                            |              | <b>0,26</b>  | <b>0,02</b>  | <b>11,74</b> | <b>49</b>  |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с  | 20/15                                   |              | 1,89         | 0,3          | 14,13        | 75         |
|  | <b>Итого с<br/>самост. бл<br/>юдом-</b> | <b>73,00</b> |              |              |              |            |
|  | <b>Итого-</b>                           | <b>73,00</b> |              |              |              |            |



| Наименование блюд   | выход        | стоимость                    | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ       |
|---|--------------|------------------------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>              |              |                              |              |              |              |            |
| Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)                                  | 120          |                              | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 56         |
| ТТК 2015 Яйцо под соусом "Переменка"                            | 48/10        |                              | 6,4          | 11,3         | 0,8          | 130        |
| ТТК2019 Ассорти овощное (огурцы,помидоры свежие, масло растит.) | 40/40/5      |                              | 0,9          | 5,15         | 2,85         | 62         |
| 10/2001 Салат из моркови с яблоками                             | 100          |                              | 0,99         | 10,14        | 8,80         | 132        |
| ТТК2013 Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами       | 100          |                              | 1,29         | 10,1         | 3,61         | 111        |
|   | <b>сред.</b> |                              | <b>2,01</b>  | <b>7,43</b>  | <b>5,56</b>  | <b>98</b>  |
| <b>1- ые БЛЮДА</b>  |              |                              |              |              |              |            |
| 103/2015 Суп картофельный с вермишелью,с куриными грудками      | 250/10       |                              | 4,61         | 4,5          | 21,1         | 144        |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>   |              |                              |              |              |              |            |
| ТТК2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным     | 80/20        |                              | 11,8         | 13,6         | 7,91         | 200        |
| ТТК 2021 Гуляш из филе грудок индейки                           | 45/45        |                              | 9            | 11,3         | 1,9          | 146        |
| ТТК 2021 Рыба ( филе) запечённая                                | 75           |                              | 17,3         | 9,9          | 3,3          | 171        |
| ТТК 2022 Нагетсы куриные с соусом томатным                      | 5шт/80/20    |                              | 16,6         | 20,7         | 4,3          | 266        |
|   | <b>сред.</b> |                              | <b>13,68</b> | <b>13,88</b> | <b>4,35</b>  | <b>196</b> |
| ТТК 2022 Плов с говядиной                                       | 40/150       |                              | 11,6         | 14,6         | 40,1         | 341        |
| ТТК2019 Рыбный киш  | 150          |                              | 21,5         | 26,7         | 30,5         | 450        |
|   | <b>сред.</b> |                              | <b>16,55</b> | <b>20,65</b> | <b>35,30</b> | <b>396</b> |
| <b>ГАРНИРЫ</b>  |              |                              |              |              |              |            |
| ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)                      | 150          |                              | 3,5          | 8,2          | 28,4         | 202        |
| 302/2015 Каша гречневая рассыпчатая                             | 180          |                              | 7,95         | 6,5          | 50,3         | 291        |
| ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная                   | 80           |                              | 3,12         | 2,88         | 7,04         | 64         |
|   | <b>сред.</b> |                              | <b>4,86</b>  | <b>5,86</b>  | <b>28,58</b> | <b>186</b> |
| <b>НАПИТКИ</b>  |              |                              |              |              |              |            |
| 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         |
|   | <b>сред.</b> |                              | <b>0,04</b>  | <b>0,04</b>  | <b>9,95</b>  | <b>41</b>  |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с                         | 15/15        |                              | 1,89         | 0,3          | 14,13        | 68         |
|   |              | <b>Итого с<br/>самост.бл</b> | <b>73,00</b> |              |              |            |
|   |              | <b>юдом-</b>                 |              |              |              |            |
|   |              | <b>Итого-</b>                | <b>73,00</b> |              |              |            |

№Сб. реп **4 день**

| Наименование блюд   | выход        | стоимость                               | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ         |
|---|--------------|---|--------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>                              |              |   |              |              |              |              |
| Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)  | 120          |   | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 56           |
| 71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)                                       | 100          |   | 0,7          | 0,1          | 1,9          | 11           |
| ТТК 2016 Салат "Каприз" (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, м/растит.)      | 80           |   | 2,2          | 9,6          | 4,5          | 115          |
| 45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)      | 100          |   | 1,55         | 5,1          | 9,41         | 91           |
|   | <b>сред.</b> |   | <b>1,23</b>  | <b>3,82</b>  | <b>6,89</b>  | <b>68</b>    |
| <b>1- ые БЛЮДА</b>  |              |   |              |              |              |              |
| 88/2015 Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной | 250/11/5     |   | 3,43         | 6,5          | 7,42         | 103          |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>   |              |   |              |              |              |              |
| ТТК 2021 Котлеты "Пожарские" с соусом томатным                                  | 80/20        |   | 11,5         | 11,2         | 8,52         | 178          |
| ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски   | 70/20        |   | 18           | 13,8         | 1,94         | 204          |
| ТТК 2019 Цыплята запечённые   | 100          |   | 26,7         | 24,5         | 1            | 332          |
| ТТК2022 Чахохбили из куриных грудок   | 70/50        |   | 14,5         | 19,1         | 6,9          | 258          |
|   | <b>сред.</b> |   | <b>18,72</b> | <b>16,51</b> | <b>3,82</b>  | <b>238</b>   |
| ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами  | 200          |   | 18,1         | 15,1         | 48           | 400          |
| ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром  | 200          |   | 24           | 39,2         | 32,9         | 584          |
|   | <b>сред.</b> |   | <b>21,05</b> | <b>27,15</b> | <b>40,45</b> | <b>492</b>   |
| <b>ГАРНИРЫ</b>  |              |   |              |              |              |              |
| 309/2015 Спагетти отварные (с маслом слив.)                                     | 180          |   | 6,77         | 5,4          | 43,14        | 248          |
| 541/2004 Рагу овощное   | 180          |   | 3,36         | 9,2          | 20,2         | 178          |
| 304/2015 Рис отварной   | 180          |   | 4,6          | 6,5          | 48           | 269          |
|   | <b>сред.</b> |   | <b>4,91</b>  | <b>7,02</b>  | <b>37,11</b> | <b>232</b>   |
| <b>НАПИТКИ</b>  |              |   |              |              |              |              |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном                           | 200/8/5      |   | 0,05         |              | 8,13         | 34           |
| ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси                                 | 200          |   | 0,12         | 0,03         | 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           |
|   |              | <b>Итого с<br/>самост. бл<br/>юдом-</b> |              |              |              | <b>73,00</b> |
|   |              | <b>Итого-</b>                           |              |              |              | <b>73,00</b> |

| Наименование блюд  | выход                                  | стоимость    | белки        | жиры         | углев.       | ККАЛ         |
|--|--|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>                             |  |              |              |              |              |              |
| Сб.2013 Десерт фруктовый (яблоки)  | 80                                     |              | 0,32         | 0,32         | 7,8          | 38           |
| 71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)                                    | 80                                     |              | 0,88         | 0,2          | 3,04         | 19           |
| 53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.) | 100                                    |              | 1,21         | 5,2          | 10,9         | 96           |
| ТТК 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)                      | 100                                    |              | 1,05         | 10,1         | 15,6         | 158          |
|  | <b>сред.</b>                           |              | <b>0,87</b>  | <b>3,94</b>  | <b>9,34</b>  | <b>78</b>    |
| <b>1- ые БЛЮДА</b>   |  |              |              |              |              |              |
| 97/2015 Суп картофельный   | 250                                    |              | 2,52         | 3,0          | 19,9         | 117          |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>  |  |              |              |              |              |              |
| ТТК 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка                       | 70/5/5                                 |              | 17,5         | 10,6         | 2,7          | 175          |
| ТТК 2021 Котлеты "Школьные" с соусом томатным                                  | 80/20                                  |              | 11,5         | 11,23        | 8,52         | 178          |
| ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка            | 80/10                                  |              | 13,8         | 17,9         | 1,40         | 221          |
| 243/2015 Сосиски отварные  | 2шт/100                                |              | 10,4         | 20,1         | 0,8          | 226          |
| ТТК 2021 Гуляш из филе грудок индейки  | 50/50                                  |              | 10           | 12,6         | 2,1111       | 162          |
|  | <b>сред.</b>                           |              | <b>12,63</b> | <b>14,48</b> | <b>3,11</b>  | <b>192</b>   |
| 438/2004 Азу с говядиной   | 50/150                                 |              | 17,2         | 21,0         | 19           | 334          |
| ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком                           | 4шт/140/30                             |              | 37,4         | 11,3         | 45,13        | 438          |
|  | <b>сред.</b>                           |              | <b>27,30</b> | <b>16,15</b> | <b>32,07</b> | <b>386,0</b> |
| <b>ГАРНИРЫ</b>   |  |              |              |              |              |              |
| 312/2015 Пюре картофельное   | 180                                    |              | 3,94         | 5,6          | 26,46        | 175          |
| 303/2015 Каша гречневая вязкая   | 180                                    |              | 4,2          | 5,6          | 26,41        | 173          |
| 139/2015 Капуста тушёная   | 180                                    |              | 4,21         | 7,4          | 18           | 159          |
|  | <b>сред.</b>                           |              | <b>4,12</b>  | <b>6,20</b>  | <b>23,62</b> | <b>169</b>   |
| <b>НАПИТКИ</b>   |  |              |              |              |              |              |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром                                   | 200/8                                  |              |              |              | 8            | 32           |
| 348/2015 Компот из плодов сушёных (урюк)                                       | 200                                    |              | 1            | 0,1          | 30,56        | 128          |
|  | <b>сред.</b>                           |              | <b>0,50</b>  | <b>0,04</b>  | <b>19,28</b> | <b>80</b>    |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с  | 20/15                                  |              | 1,89         | 0,3          | 14,13        | 75           |
|  | <b>Итого с<br/>самост.бл<br/>юдом-</b> | <b>73,00</b> |              |              |              |              |
|  | <b>Итого-</b>                          | <b>73,00</b> |              |              |              |              |


Ланч

№Сб. реи 6 день

**СУББОТА**

**ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК**

|          |  |              |              |              |             |            |
|----------|--|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| 23/2015  | Салат из свежих помидоров (с луком)                      | 100          | 1,11         | 6,18         | 4,62        | 81         |
| ТТК 2020 | Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с соусом Переменка | 180/15       | 21,4         | 22,5         | 38,3        | 442        |
| ТТК 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром                      | 200/8        |              |              | 8           | 32         |
| ТТК2019  | Печенье сдобное Американер с кунжутом                    | 2шт/30       | 1,8          | 8,4          | 19,14       | 146        |
|          | Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с                  | 15/15        | 1,89         | 0,3          | 14,13       | 68         |
|          | <b>Итого-</b>  | <b>73,00</b> | <b>26,20</b> | <b>37,35</b> | <b>84,2</b> | <b>769</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

М Е Н Ю

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & chill)  
с 29 августа по 3 сентября, с 12 по 17 сентября, с 26 сентября по 1 октября 2022 г.



1 неделя (СЕНТЯБРЬ)

| № Сб.реци                                 | Наименование продуктов   | Выход      | Стои-ть      | Белки        | Жиры         | Угл-ды       | Ккал       |
|---|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>                        |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 23/2015 г                               | Салат из свежих помидоров (с луком)                                | 60         |              | 0,67         | 3,71         | 2,77         | 48         |
| ТТК 2022 г                                | Ёжики мясные с рисом в соусе томатном                              | 60/40      |              | 5,56         | 7,42         | 1,01         | 93         |
| ТТК 2011 г                                | Макаронные изделия отварные (масло сливочное)                      | 160        |              | 6,02         | 4,76         | 38,34        | 221        |
| № 348/2015                                | Компот из плодов сушеных (урюк)                                    | 200        |              | 1,00         | 0,08         | 20,56        | 87         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>560</b> | <b>55,55</b> | <b>15,77</b> | <b>16,33</b> | <b>81,52</b> | <b>540</b> |
| <b>ВТОРНИК</b>                            |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 338/2015г                               | Плоды свежие (яблоки)  | 120        |              | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 56         |
| № 45/2015 г                               | Салат из белокачанной капусты (капуста, морковь, масло растит)     | 60         |              | 0,93         | 3,05         | 5,64         | 54         |
| ТТК 2021 г                                | Жаркое из птицы (грудки куриные)                                   | 40/120     |              | 11,77        | 12,05        | 22,53        | 246        |
| ТТК 2021 г                                | Напиток из шиповника   | 200        |              | 0,01         |              | 10,17        | 41         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>593</b> | <b>55,55</b> | <b>15,71</b> | <b>15,94</b> | <b>68,94</b> | <b>488</b> |
| <b>СРЕДА</b>                              |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 71/2015 г                               | Овощи натуральные свежие (помидоры)                                | 60         |              | 0,66         | 0,12         | 2,28         | 14         |
| ТТК 2021 г                                | Гуляш из филе грудок индейки                                       | 45/45      |              | 9,03         | 11,31        | 9,89         | 178        |
| ТТК 2014 г                                | Каша гречневая рассыпчатая   | 150        |              | 6,62         | 5,39         | 41,87        | 242        |
| ТТК 2021 г                                | Чай с сахаром  | 200/8      |              | 0,02         | 0,01         | 7,99         | 32         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>548</b> | <b>55,55</b> | <b>18,85</b> | <b>17,19</b> | <b>80,87</b> | <b>557</b> |
| <b>ЧЕТВЕРГ</b>                            |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 338/2015г                               | Плоды свежие (яблоки)  | 120        |              | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 56         |
| ТТК                                       | Салат из моркови (морковь свежая, сахарный песок, масло растит.)   | 60         |              | 0,63         | 6,04         | 9,34         | 95         |
| ТТК 2021 г                                | Плов с куриными грудками   | 50/150     |              | 14,42        | 12,01        | 26,01        | 270        |
| ТТК 2021 г                                | Компот из замороженной компотной смеси                             | 200        |              | 0,13         | 0,02         | 11,15        | 46         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 15         |              | 1,14         | 0,12         | 7,38         | 35         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>615</b> | <b>55,55</b> | <b>17,80</b> | <b>18,87</b> | <b>74,64</b> | <b>546</b> |
| <b>ПЯТНИЦА</b>                            |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 53/Саратов                              | Салат "Витаминный" (капуста, морковь, сахар, яблоки, масло растит) | 60         |              | 0,79         | 3,1          | 6,71         | 59         |
| ТТК 2021 г                                | Биточки рыбные из фарша минтая с соусом томатным                   | 65/25      |              | 9,25         | 7,66         | 2,05         | 115        |
| ТТК 2020 г                                | Пюре картофельное  | 160        |              | 3,5          | 4,96         | 23,49        | 155        |
| № 348/2015                                | Компот из плодов сушеных (урюк)                                    | 200        |              | 1,00         | 0,08         | 20,56        | 87         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>550</b> | <b>55,55</b> | <b>17,06</b> | <b>16,16</b> | <b>71,65</b> | <b>507</b> |
| <b>СУББОТА</b>                            |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 71/2015 г                               | Овощи натуральные свежие (огурцы)                                  | 60         |              | 0,42         | 0,06         | 1,14         | 7          |
| № 243/2015г                               | Сосиски отварные   | 2 шт/100   |              | 10,40        | 12,10        | 0,80         | 154        |
| ТТК 2011 г                                | Макаронные изделия отварные (масло растительное)                   | 150        |              | 5,60         | 5,06         | 35,91        | 212        |
| ТТК 2021 г                                | Чай с сахаром  | 200/8      |              | 0,02         | 0,01         | 7,99         | 32         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>558</b> | <b>55,55</b> | <b>18,96</b> | <b>17,59</b> | <b>64,68</b> | <b>496</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

М Е Н Ю

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & chill)  
с 5 по 10 сентября, с 19 по 24 сентября 2022 г

2 неделя (СЕНТЯБРЬ)

| № Сб.рей                                  | Наименование продуктов   | Выход      | Стои-ть      | Белки        | Жиры         | Угл-ды       | Ккал       |
|---|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>                        |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 23/2015 г                               | Салат из свежих помидоров (с луком)                              | 60         |              | 0,67         | 3,71         | 2,77         | 48         |
| ТТК 2020 г                                | Тефтели из говядины в соусе томатном                             | 70/40      |              | 10,24        | 8,83         | 8,46         | 155        |
| Акт 2016 г                                | Рис отварной   | 150        |              | 3,83         | 5,43         | 40,01        | 224        |
| ТТК 2021 г                                | Компот из свежих плодов (яблоки)                                 | 200        |              | 0,08         | 0,08         | 11,94        | 49         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>560</b> | <b>55,55</b> | <b>17,34</b> | <b>18,41</b> | <b>82,02</b> | <b>567</b> |
| <b>ВТОРНИК</b>                            |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 338/2015 г                              | Плоды свежие (яблоки)  | 120        |              | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 56         |
| № 71/2015 г                               | Овощи натуральные свежие (огурцы)                                | 60         |              | 0,42         | 0,06         | 1,14         | 7          |
| ТТК 2021 г                                | Рагу из куриных грудок   | 40/120     |              | 12,63        | 15,18        | 36,16        | 332        |
| ТТК 2021 г                                | Чай с сахаром, лимоном   | 200/8/5    |              | 0,07         | 0,01         | 8,13         | 34         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>593</b> | <b>55,55</b> | <b>16,12</b> | <b>16,09</b> | <b>76,03</b> | <b>520</b> |
| <b>СРЕДА</b>                              |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 71/2015 г                               | Овощи натуральные свежие (помидоры)                              | 60         |              | 0,66         | 0,12         | 2,28         | 14         |
| ТТК 2022 г                                | Котлеты "Аппетитные" мясо - куриные с соусом томатным            | 80/10      |              | 9,1          | 13,08        | 0,2          | 155        |
| ТТК 2011 г                                | Макаронные изделия отварные (масло растительное)                 | 150        |              | 5,60         | 5,06         | 35,91        | 212        |
| № 348/2015                                | Компот из плодов сушеных (урюк)                                  | 200        |              | 1,00         | 0,08         | 20,56        | 87         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>540</b> | <b>55,55</b> | <b>18,88</b> | <b>18,70</b> | <b>77,79</b> | <b>559</b> |
| <b>ЧЕТВЕРГ</b>                            |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 338/2015 г                              | Плоды свежие (яблоки)  | 120        |              | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 56         |
| ТТК                                       | Салат из моркови (морковь свежая, сахарный песок, масло растит.) | 60         |              | 0,63         | 6,04         | 9,34         | 95         |
| ТТК 2021 г                                | Плов с куриными грудками   | 50/150     |              | 14,42        | 12,01        | 26,01        | 284        |
| ТТК 2021 г                                | Компот из замороженной компотной смеси                           | 200        |              | 0,13         | 0,02         | 11,15        | 46         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 15         |              | 1,14         | 0,12         | 7,38         | 35         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>615</b> | <b>55,55</b> | <b>17,80</b> | <b>18,87</b> | <b>74,64</b> | <b>560</b> |
| <b>ПЯТНИЦА</b>                            |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 45/2015 г                               | Салат из белокачанной капусты (капуста, морковь, масло растит)   | 60         |              | 0,93         | 3,05         | 5,64         | 54         |
| ТТК 2021 г                                | Гуляш из филе грудок индейки                                     | 45/45      |              | 9,03         | 11,31        | 9,89         | 178        |
| ТТК 2020 г                                | Пюре картофельное  | 150        |              | 3,28         | 4,65         | 22,02        | 146        |
| ТТК 2021 г                                | Чай с сахаром  | 200/8      |              | 0,02         | 0,01         | 7,99         | 32         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>548</b> | <b>55,55</b> | <b>15,78</b> | <b>19,38</b> | <b>64,38</b> | <b>501</b> |
| <b>СУББОТА</b>                            |  |            |              |              |              |              |            |
| <b>Горячее бесплатное питание младшие</b> |  |            |              |              |              |              |            |
| № 338/2015 г                              | Плоды свежие (яблоки)  | 120        |              | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 56         |
| Акт 2020 г                                | Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом "Переменка"     | 150/10     |              | 16,04        | 17,38        | 31,81        | 348        |
| ТТК 2021 г                                | Чай с сахаром, лимоном   | 200/8/5    |              | 0,07         | 0,01         | 8,13         | 34         |
|   | Хлеб ржано - пшеничный   | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|   | Хлеб пшеничный   | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|   | <b>Итого:</b>  | <b>533</b> | <b>55,55</b> | <b>19,11</b> | <b>18,23</b> | <b>70,54</b> | <b>529</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

### М Е Н Ю

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & skill)  
с 29 августа по 3 сентября, с 12 по 17 сентября, с 26 сентября по 1 октября 2022 г

#### 1 неделя (СЕНТЯБРЬ)

| №<br>Сб.рец        | Наименование продуктов                              | Выход   | Стои-ть      | Белки        | Жиры         | Угл-ды       | Ккал       |
|--------------------|---|---------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b> |   |         |              |              |              |              |            |
| №3/2015г           | Бутерброд с сыром (батон)                           | 30/20   |              | 7,51         | 6,19         | 15,42        | 149        |
| №173/2015г         | Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с м | 150/5   |              | 4,66         | 5,32         | 25,37        | 175        |
| ТТК 2021 г         | Чай с сахаром                                       | 200/8   |              | 0,02         | 0,005        | 7,989        | 32         |
|                    | <b>Итого:</b>                                       |         | <b>30,00</b> | <b>12,19</b> | <b>11,52</b> | <b>48,78</b> | <b>356</b> |
| <b>ВТОРНИК</b>     |   |         |              |              |              |              |            |
| №3/2015 г          | Бутерброд с сыром, маслом (хлеб пшеничный)          | 30/10/8 |              | 4,97         | 8,7          | 14,82        | 158        |
| №173/2015г         | Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом     | 150/5   |              | 5,91         | 5,56         | 25,05        | 181        |
| ТТК 2021 г         | Чай с сахаром, лимоном                              | 200/8/5 |              | 0,06         | 0,01         | 8,14         | 34         |
|                    | <b>Итого:</b>                                       |         | <b>30,00</b> | <b>10,94</b> | <b>14,27</b> | <b>48,01</b> | <b>373</b> |
| <b>СРЕДА</b>       |   |         |              |              |              |              |            |
| №338/2015г         | Плоды свежие (яблоки)                               | 120     |              | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 56         |
| №173/2015г         | Каша вязкая молочная из манной крупы с маслом       | 150/5   |              | 5,72         | 5,06         | 31,64        | 202        |
| ТТК 2021 г         | Чай с сахаром                                       | 200/8   |              | 0,02         | 0,005        | 7,989        | 32         |
|                    | Батон   | 25      |              | 1,87         | 0,72         | 12,85        | 66         |
|                    | <b>Итого:</b>                                       |         | <b>30,00</b> | <b>8,09</b>  | <b>6,27</b>  | <b>64,24</b> | <b>356</b> |
| <b>ЧЕТВЕРГ</b>     |   |         |              |              |              |              |            |
| №3/2015г           | Бутерброд с маслом (хлеб пшеничный)                 | 25/10   |              | 1,98         | 7,45         | 12,38        | 125        |
| №173/2015г         | Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом    | 150/5   |              | 5,85         | 5,61         | 30,78        | 204        |
| ТТК 2021 г         | Чай с молоком                                       | 200/8   |              | 1,52         | 0,755        | 10,389       | 59         |
|                    | <b>Итого:</b>                                       |         | <b>30,00</b> | <b>9,35</b>  | <b>13,82</b> | <b>53,55</b> | <b>388</b> |
| <b>ПЯТНИЦА</b>     |   |         |              |              |              |              |            |
| №3/2015 г          | Бутерброд с сыром, маслом (батон)                   | 35/10/6 |              | 5,3          | 8,02         | 18,04        | 166        |
| №173/2015г         | Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом | 150/5   |              | 6,35         | 6,8          | 28,53        | 208        |
| ТТК 2021 г         | Чай с сахаром, лимоном                              | 200/8/5 |              | 0,06         | 0,01         | 8,14         | 34         |
|                    | <b>Итого:</b>                                       |         | <b>30,00</b> | <b>11,71</b> | <b>14,83</b> | <b>54,71</b> | <b>408</b> |
| <b>СУББОТА</b>     |   |         |              |              |              |              |            |
| 14/2015            | Масло сливочное порциями                            | 10      |              | 0,08         | 7,25         | 0,13         | 66         |
| №173/2015г         | Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом      | 150/5   |              | 4,6          | 5,08         | 32,55        | 201        |
| ТТК 2021 г         | Чай с молоком                                       | 200/8   |              | 1,52         | 0,755        | 10,389       | 59         |
|                    | Батон   | 22      |              | 1,65         | 0,63         | 11,31        | 58         |
|                    | <b>Итого:</b>                                       |         | <b>30,00</b> | <b>7,85</b>  | <b>13,72</b> | <b>54,38</b> | <b>384</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

## М Е Н Ю

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & skill)  
с 5 по 10 сентября, с 19 по 24 сентября 2022 г

### 2 неделя (СЕНТЯБРЬ)

№ Сб.рей Наименование продуктов

#### ПОНЕДЕЛЬНИК

Акт 2018 г Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком  
ТТК 2021 г Чай с молоком

| Выход         | Стои-ть      | Белки       | Жиры        | Угл-ды       | Ккал       |
|---------------|--------------|-------------|-------------|--------------|------------|
| 2 шт/90/20    |              | 6,39        | 5,04        | 39           | 228        |
| 200/8         |              | 1,52        | 0,755       | 10,389       | 59         |
| <b>Итого:</b> | <b>30,00</b> | <b>7,91</b> | <b>5,80</b> | <b>49,39</b> | <b>287</b> |

#### ВТОРНИК

№3/2015 г Бутерброд с сыром, маслом (батон)  
№173/2015г Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом  
ТТК 2021 г Чай с сахаром

|               |              |             |              |              |            |
|---------------|--------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| 35/10/5       |              | 5,29        | 7,3          | 18,03        | 160        |
| 150/5         |              | 4,6         | 5,08         | 32,55        | 201        |
| 200/8         |              | 0,02        | 0,01         | 7,99         | 32         |
| <b>Итого:</b> | <b>30,00</b> | <b>9,91</b> | <b>12,39</b> | <b>58,57</b> | <b>393</b> |

#### СРЕДА

14/2015 Масло сливочное порциями  
ТТК 2019 г Макароны изделия отварные с сыром  
ТТК 2021 г Чай с сахаром, лимоном  
Хлеб ржано - пшеничный

|               |              |              |              |              |            |
|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| 10            |              | 0,08         | 7,25         | 0,13         | 66         |
| 150           |              | 8,99         | 8,21         | 32,12        | 239        |
| 200/8/5       |              | 0,06         | 0,01         | 8,14         | 34         |
| 25            |              | 1,25         | 0,25         | 11,25        | 55         |
| <b>Итого:</b> | <b>30,00</b> | <b>10,38</b> | <b>15,72</b> | <b>51,64</b> | <b>394</b> |

#### ЧЕТВЕРГ

ТТК 2022 г Запеканка рисовая с творогом, сгущенным молоком  
ТТК 2021 г Чай с сахаром

|               |              |              |             |              |            |
|---------------|--------------|--------------|-------------|--------------|------------|
| 100/10        |              | 15,98        | 7,85        | 20,46        | 219        |
| 200/8         |              | 0,02         | 0,01        | 7,99         | 32         |
| <b>Итого:</b> | <b>30,00</b> | <b>16,00</b> | <b>7,86</b> | <b>28,45</b> | <b>251</b> |

#### ПЯТНИЦА

№ 3/2015г Бутерброд с маслом (батон)  
№ 173/2015г Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом  
ТТК 2021 г Чай с молоком

|               |              |              |              |              |            |
|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| 40/10         |              | 3,08         | 8,41         | 20,64        | 171        |
| 150/5         |              | 5,91         | 5,56         | 25,05        | 181        |
| 200/8         |              | 1,52         | 0,755        | 10,389       | 59         |
| <b>Итого:</b> | <b>30,00</b> | <b>10,51</b> | <b>14,73</b> | <b>56,08</b> | <b>411</b> |

#### СУББОТА

15/2015 Сыр порциями  
14/2015 Масло сливочное порциями  
№ 173/2015г Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом  
ТТК 2021 г Чай с сахаром  
Хлеб ржано - пшеничный

|               |              |              |              |              |            |
|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| 10            |              | 2,63         | 2,66         |              | 35         |
| 10            |              | 0,08         | 7,25         | 0,13         | 66         |
| 150/5         |              | 6,35         | 6,8          | 28,53        | 208        |
| 200/8         |              | 0,02         | 0,005        | 7,989        | 32         |
| 25            |              | 1,25         | 0,25         | 11,25        | 55         |
| <b>Итого:</b> | <b>30,00</b> | <b>10,33</b> | <b>16,97</b> | <b>47,90</b> | <b>396</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"

К.Агапова

**МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ**  
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №

ОС СУПОМ)

с 29 августа по 3 сентября, с 12 по 17 сентября, с 16 сентября по 1 октября 2022 г

1 - я неделя СЕНТЯБРЬ

№ Сб.реу Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

**Горячий завтрак (старшие)**

|          |   |              |              |              |             |            |
|----------|---|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| 102/2015 | Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками | 250/11       | 7,58         | 7,0          | 19,6        | 171        |
| ТТК2018  | Вак - балиш с мясом и рисом                         | 90           | 9,4          | 12,50        | 29,5        | 270        |
| ТТК 2021 | Напиток из шиповника                                | 200          | 0,01         |              | 10,2        | 41         |
|          | Хлеб ржано - пшеничный                              | 15           | 0,75         | 0,15         | 6,8         | 33         |
|          | <b>Итого:</b>                                       | <b>48,00</b> | <b>17,76</b> | <b>19,60</b> | <b>66,1</b> | <b>515</b> |

**ВТОРНИК**

**Горячий завтрак (старшие)**

|          |  |              |              |              |             |            |
|----------|--|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| 82/2015  | Борщ с капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной | 250/22/5     | 5,6          | 9,1          | 12,7        | 156        |
| ТТК2018  | Маффин Шоколадный  | 50           | 3,2          | 10,4         | 29,8        | 211        |
| ТТК 2021 | Компот из замороженной компотной смеси                             | 200          | 0,12         | 0,03         | 11,6        | 48         |
|          | Хлеб ржано - пшеничный   | 25           | 1,25         | 0,25         | 11,3        | 55         |
|          | <b>Итого:</b>  | <b>48,00</b> | <b>10,17</b> | <b>19,78</b> | <b>65,4</b> | <b>470</b> |

**СРЕДА**

**Горячий завтрак (старшие)**

|          |  |              |              |              |             |            |
|----------|--|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| 103/2015 | Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками | 250/11       | 2,9          | 3,0          | 20,9        | 123        |
| ТТК2021  | Пицца с сыром  | 85           | 13,60        | 11,40        | 24          | 252        |
| 685/2004 | Чай с сахаром  | 200/8        | 0,02         | 0            | 7,9         | 32         |
|          | Хлеб ржано - пшеничный                               | 15           | 0,75         | 0,15         | 6,8         | 33         |
|          | <b>Итого:</b>  | <b>48,00</b> | <b>17,27</b> | <b>14,55</b> | <b>59,3</b> | <b>440</b> |

**ЧЕТВЕРГ**

**Горячий завтрак (старшие)**

|          |   |              |              |              |           |            |
|----------|---|--------------|--------------|--------------|-----------|------------|
| 88/2015  | Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной | 250/22/5     | 5,6          | 9,7          | 9,8       | 141        |
| ТТК2018  | Корж Яблочный   | 65           | 3,30         | 5,90         | 34        | 251        |
| ТТК 2021 | Компот из свежих плодов (яблоки)  | 200          | 0,08         | 0,1          | 11,94     | 49         |
|          | Хлеб ржано - пшеничный  | 30           | 1,5          | 0,3          | 13,5      | 66         |
|          | <b>Итого:</b>   | <b>48,00</b> | <b>10,48</b> | <b>15,98</b> | <b>69</b> | <b>507</b> |

**ПЯТНИЦА**

**Горячий завтрак (старшие)**

|          |   |              |             |              |             |            |
|----------|---|--------------|-------------|--------------|-------------|------------|
| 96/2015  | Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной | 250/11/10    | 4,3         | 8,4          | 17,5        | 163        |
| ТТК2019  | Кекс Волжский   | 50           | 3           | 10,4         | 29,8        | 211        |
| ТТК 2021 | Чай с сахаром, лимоном  | 200/8/5      | 0,06        | 0,01         | 8,14        | 34         |
|          | Хлеб ржано - пшеничный  | 30           | 1,5         | 0,3          | 13,5        | 66         |
|          | <b>Итого:</b>   | <b>48,00</b> | <b>8,86</b> | <b>19,11</b> | <b>68,9</b> | <b>474</b> |

**СУББОТА**

**Горячий завтрак (старшие)**

|          |   |              |              |              |             |            |
|----------|---|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| ТТК 2017 | Итальянский суп с сосисками (с томатом) | 250          | 5,4          | 9,6          | 14,9        | 169        |
| ТТК 2017 | Кольцо песочное                         | 48           | 3,5          | 10,4         | 29,7        | 227        |
| ТТК 2021 | Напиток из шиповника                    | 200          | 0,01         |              | 10,2        | 41         |
|          | Хлеб ржано-пшеничный                    | 25           | 1,25         | 0,25         | 11,3        | 55         |
|          | <b>Итого:</b>                           | <b>48,00</b> | <b>10,16</b> | <b>20,25</b> | <b>66,1</b> | <b>492</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**  
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №

с 5 по 10 сентября 2022г, с 19 по 24 сентября 2022г

**2 - я неделя СЕНТЯБРЬ**

| № Сб.реп                         | Наименование продуктов   | Выход        | Белки        | Жиры         | Угл-ды       | Ккал       |
|----------------------------------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>               |  |              |              |              |              |            |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b> |  |              |              |              |              |            |
| сб.1983                          | Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками                      | 250/10/22    | 12,6         | 8,7          | 24,3         | 225        |
| ТТК2022                          | Перемяч с мясом печёный  | 50           | 6,3          | 10,10        | 16,4         | 183        |
| ТТК 2021                         | Компот из замороженной компотной смеси                                 | 200          | 0,12         | 0,03         | 11,6         | 48         |
|                                  | Хлеб ржано-пшеничный   | 15           | 0,75         | 0,15         | 6,8          | 33         |
|                                  | <b>Итого:</b>  | <b>48,00</b> | <b>19,77</b> | <b>18,98</b> | <b>59,1</b>  | <b>489</b> |
| <b>ВТОРНИК</b>                   |  |              |              |              |              |            |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b> |  |              |              |              |              |            |
| 82/2015                          | Борщ с капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной       | 250/22/5     | 5,6          | 9,1          | 12,7         | 156        |
| ТТК2018                          | Маффин Лимонный  | 50           | 3,2          | 10,4         | 29,8         | 211        |
| ТТК 2021                         | Компот из свежих плодов (яблоки)                                       | 200          | 0,08         | 0,1          | 11,9         | 49         |
|                                  | Хлеб ржано-пшеничный   | 30           | 1,5          | 0,3          | 13,5         | 66         |
|                                  | <b>Итого:</b>  | <b>48,00</b> | <b>10,38</b> | <b>19,88</b> | <b>67,9</b>  | <b>482</b> |
| <b>СРЕДА</b>                     |  |              |              |              |              |            |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b> |  |              |              |              |              |            |
| 103/2015                         | Суп картофельный с вермишелью,мясными фрикадельками                    | 250/11       | 2,9          | 3,0          | 20,9         | 123        |
| ТТК2021                          | Пицца с сыром  | 85           | 13,60        | 11,40        | 24           | 252        |
| 685/2004                         | Чай с сахаром  | 200/8        | 0,02         | 0            | 7,9          | 32         |
|                                  | Хлеб ржано - пшеничный   | 15           | 0,75         | 0,15         | 6,8          | 33         |
|                                  | <b>Итого:</b>  | <b>48,00</b> | <b>17,27</b> | <b>14,55</b> | <b>59</b>    | <b>440</b> |
| <b>ЧЕТВЕРГ</b>                   |  |              |              |              |              |            |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b> |  |              |              |              |              |            |
| 88/2015                          | Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной | 250/22/5     | 5,6          | 9,7          | 9,8          | 141        |
| ТТК2018                          | Корж Яблочный  | 65           | 3,30         | 5,90         | 34           | 251        |
| 699/2004                         | Напиток Лимонный   | 200          | 0,14         | 0,0          | 24,43        | 101        |
|                                  | Хлеб ржано - пшеничный   | 25           | 1,25         | 0,25         | 11,3         | 55         |
|                                  | <b>Итого:</b>  | <b>48,00</b> | <b>10,29</b> | <b>15,85</b> | <b>79,28</b> | <b>548</b> |
| <b>ПЯТНИЦА</b>                   |  |              |              |              |              |            |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b> |  |              |              |              |              |            |
| 97/2015                          | Суп картофельный с фрикадельками из птицы                              | 250/22       | 6,2          | 6,1          | 20           | 161        |
| ТТК2018                          | Маффин Шоколадный  | 50           | 3,2          | 10,4         | 29,8         | 211        |
| 685/2004                         | Чай с сахаром  | 200/8        | 0,02         | 0            | 7,9          | 32         |
|                                  | Хлеб ржано-пшеничный   | 15           | 0,75         | 0,15         | 6,8          | 33         |
|                                  | <b>Итого:</b>  | <b>48,00</b> | <b>10,17</b> | <b>16,65</b> | <b>64,5</b>  | <b>437</b> |
| <b>СУББОТА</b>                   |  |              |              |              |              |            |
| <b>Горячий завтрак (старшие)</b> |  |              |              |              |              |            |
| 96/2015                          | Рассольник "Домашний" со сметаной                                      | 250/5        | 2,53         | 6,9          | 15,28        | 134        |
| ТТК2019                          | Пирожное песочное нарезное   | 50           | 3,40         | 13,90        | 28           | 253        |
| 389/2015                         | Сок фруктовый разливной в ассортименте                                 | 200          |              |              |              | 44         |
|                                  | Хлеб ржано-пшеничный   | 15           | 0,75         | 0,15         | 6,8          | 33         |
|                                  | <b>Итого:</b>  | <b>48,00</b> | <b>6,68</b>  | <b>20,90</b> | <b>50,5</b>  | <b>464</b> |

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор: