

гласовано"
директор
образовательного учреждения



№ 48. Фарватер
А.Т. Урманчиева

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питания
АО «Департамент продовольствия и
социального питания г. Казани»
А.К. Агапова



МЕНЮ

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & shift)
с 9 по 14 января, с 23 по 28 января 2023 г

1 неделя (ЯНВАРЬ)

Сб.реж Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

Горячее бесплатное питание младшие

15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99		53	
TK 2022 г	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		7,06	6,42	10,23	127	
TK 2011 г	Макаронные изделия отварные	150		5,60	5,06	35,91	212	
TK 2021 г	Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44	
TK 2019	Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	1 шт/15		1,36	4,16	9,16	80	
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33	
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35	
	Итого:	510		62,10	19,95	19,94	80,14	584

ВТОРНИК

Горячее бесплатное питание младшие

338/2015г	Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47	
47/2015 г	Салат из квашенной капусты (без лука)	60		0,98	3,05	4,63	51	
TK 2021 г	Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,19	15,98	30,91	332	
TK 2021 г	Чай с сахаром	200/8		0,02	0,02	7,98	32	
	Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55	
	Итого:	593		62,10	18,84	19,68	64,57	517

СРЕДА

Горячее бесплатное питание младшие

45/2015 г	Салат из белокачанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54	
ТТК 2021 г	Плов с говядиной	40/150		11,61	14,59	40,09	341	
ТТК 2021 г	Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,08	11,94	49	
	Печенье весовое	2 шт/30		1,07	1,14	8,23	48	
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44	
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35	
	Итого:	515		62,10	15,83	19,18	82,28	571

ЧЕТВЕРГ

Горячее бесплатное питание младшие

338/2015г	Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47	
№ 52/2015г	Свекла отварная (дольками) с маслом	60		0,85	3,65	5,02	56	
ТТК	Гуляш из куриных грудок	50/50		8,05	9,27	3,13	128	
ТТК 2014 г	Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242	
№348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1,00	0,08	10,56	47	
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44	
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35	
	Итого:	645		62,10	19,06	19,11	86,76	599

ПЯТНИЦА

Горячее бесплатное питание младшие

Акт 2018 г	Блинчики со сгущенным молоком	45/10		3,19	2,52	19,5	114	
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая, огурец соленый (доп. гарнир)	65/25		9,5	8,3	4,8	132	
ТТК 2020 г	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,28	4,66	22,03	146	
№ 648/2004 г	Кисель из концентрата	200				13,10	53	
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44	
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35	
	Итого:	535		62,10	18,11	15,80	75,81	524

СУББОТА

Горячее бесплатное питание младшие

№ 243/2015г	Сосиски отварные	2 шт/100		9,40	11,00	1,80	144	
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	150		5,60	5,06	35,91	212	
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34	
АКТ 2019	Печенье сдобное "Вкусное"	2 шт/30		1,35	2,70	9,00	66	
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33	
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35	
	Итого:	523		62,10	18,30	19,04	68,97	524

Начальник отдела по организации питания:
Зав. производством:
Калькулятор:

(Handwritten signatures)

гласовано"
директор

образовательного учреждения

Учреждение "Фарватер"
Управляющая

МЕНЮ

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & shell)
с 9 по 14 января, с 23 по 28 января 2023 г

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питания

АО "Департамент продовольствия и
социального питания г. Казани"

А.К. Арапова

(С КАШАМИ)

1 неделя (ЯНВАРЬ)

Сб.рей Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

Горячее бесплатное питание младшие

15/2015 г	Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
338/2015 г	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
73/2015 г	Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5	5,6	5,98	18,66	151
К 2019 г	Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/45/10	3,19	2,52	19,5	114
382/2015 г	Какао с молоком	200	3,97	2,10	25,16	145
	Батон	20	1,5	0,58	10,28	52

Итого:

565 62,10 18,68 15,65 85,36 571

ВТОРНИК

Горячее бесплатное питание младшие

338/2015 г	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
14/2015	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66
ТК 2019 г	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом	150/5	12,03	6,03	22,8	193
ТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,13	34
АКТ 2019	Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	2 шт/30	2,73	3,62	14,32	101
	Батон	25	1,88	0,72	12,85	66

Итого:

553 62,10 17,26 18,11 69,94 516

СРЕДА

Горячее бесплатное питание младшие

338/2015 г	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2021 г	Сырники "Классические" со сгущённым молоком	2 шт/70/20	8,76	10,22	19,24	203
№173/2015 г	Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	181
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46
	Батон	25	1,88	0,72	12,85	66

Итого:

590 62,10 17,16 17,00 80,05 552

ЧЕТВЕРГ

Горячее бесплатное питание младшие

14/2015	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66
№ 338/2015 г	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2022 г	Запеканка рисовая из творога	150	12,89	11,1	42,37	320
№ 648/2004 г	Кисель из концентрата	200			13,10	53
	Батон	25	1,88	0,72	12,85	66

Итого:

505 62,10 15,33 19,55 80,16 561

ПЯТНИЦА

Горячее бесплатное питание младшие

№ 338/2015 г	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
№173/2015 г	Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5	5,85	5,61	25,28	175
ТТК 2019 г	Блинчики со сгущённым молоком	2 шт/90/25	6,75	7,97	21,77	185
№ 630/1996	Чай с молоком	200/8	1,52	0,75	10,39	59
	Батон	20	1,5	0,58	10,28	52

Итого:

618 62,10 16,10 15,39 79,48 527




СУББОТА

Горячее бесплатное питание младшие

№ 15/2015 г	Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
№173/2015 г	Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5	6,5	7,1	15,55	150
№348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1,00	0,08	10,56	47
АКТ 2019	Печенье сдобное Шоколадное	2 шт/30	2,9	4,24	20,51	132
	Йогурт питьевой обогащенный 2,8 % (в ассортименте) ДМК	1/125	3,5	3,5	14,6	105
	Батон	25	1,88	0,72	12,85	66

Итого:

550 62,10 19,72 19,63 74,07 553

Начальник отдела по организации питания: 
Зав. производством: 
Калькулятор: 

ласовано"
ектор Общеобразовательного
ждения

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питания

Управления продовольствия и
специального питания г. Казани"

А.К.Агапова

И.Ю. Урманцева
Урманцева И.Ю.
Урманцева И.Ю.

МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ

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 №
с 9 по 14 января, с 23 по 28 января 2023 г

я неделя ЯНВАРЬ

б.рей Наименование продуктов

ПОНЕДЕЛЬНИК

Комплекс № 1

2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)
2016 Рис отварной
2021 Чай с сахаром
Хлеб ржано - пшеничный

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
75		14,3	12,8	0,95	175
130		3,32	4,7	34,6	194
200/8		0,02	0,001	7,9	32
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	18,39	17,65	50,20	434

ВТОРНИК

Комплекс № 1

2022 Тефтели из говядины в соусе томатном
2016 Каша гречневая вязкая
1/2004 Напиток яблочный
Хлеб ржано - пшеничный

70/40		10,2	10,8	8,5	173
180		4,2	5,6	26,41	173
200		0,1	0,1	26,4	108
20		1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	15,50	16,67	70,31	498

СРЕДА

Комплекс № 1

2020 Запеканка картофельная с мясом
2021 Чай с сахаром
Хлеб ржано - пшеничный

170		12,3	15,5	23,5	281
200/8		0,02	0,001	7,9	32
20		1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	13,32	15,70	40,40	357

ЧЕТВЕРГ

Комплекс № 1

2020 Цыплята запечённые
2016 Рис отварной
2021 Чай с сахаром, лимоном
Хлеб ржано - пшеничный

100		26,7	24,5	1	332
150		3,8	5,4	40	224
200/8/5		0,02	0,001	7,9	32
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	31,27	30,05	55,7	621

ПЯТНИЦА

Комплекс № 1

2021 Нагетсы куриные
2016 Каша гречневая рассыпчатая
2021 Компот из замороженной вишни
Хлеб ржано - пшеничный

4шт/64		13,1	15,7	2,3	200
180		7,95	6,5	50,25	291
200		0,12	0,03	11,6	48
20		1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	22,17	22,41	73,15	583

СУББОТА

Комплекс № 1

243/201 Сосиски отварные
2014 Макароны изделия отварные (с м/р)
648/2004 Кисель из концентрата
Хлеб ржано - пшеничный

2шт/100		8,92	9,51	2,39	136
150		5,60	5,10	36,00	212
200				13,1	53
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	15,27	14,76	58,24	434

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор:

И.Ю. Урманцева

огласовано"
 ректор Общеобразовательного
 учреждения

И.Б.О. *Урицкая* 48, Фарватер
Урицкая



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



МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ
 для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе

с 9 по 14 января, с 23 по 28 января 2023 г

Сб.рей	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Комплекс № 2							
02/2015	Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11	12,5	7,9	28,8	236	
		100	6,0	4,90	40,0	229	
TK2022	Элеш с птицей	200	1	0,1	30,6	128	
48/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	20	1	0,2	9,0	44	
	Хлеб ржано - пшеничный						
	Итого:		48,00	20,50	13,03	108,4	637
ВТОРНИК							
Комплекс № 2							
02/2015	Борщ с капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/5	5,6	9,1	12,7	156	
		50	3,2	10,4	29,8	211	
ТТК2018	Маффин Шоколадный	200	0,12	0,03	11,6	48	
ТТК 2021	Компот из замороженной вишни	15	0,75	0,15	6,8	33	
	Хлеб ржано - пшеничный						
	Итого:		48,00	9,67	19,68	60,9	448
СРЕДА							
Комплекс № 2							
103/2015	Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками из птицы	250/1шт	4,7	4,5	20,9	144	
		85	13,60	11,40	24	252	
ТТК2021	Пицца с сыром	200/8/5	0,02	0	7,9	32	
ТТК 2021	Чай с сахаром, лимоном	15	0,75	0,15	6,8	33	
	Хлеб ржано - пшеничный						
	Итого:		48,00	19,07	16,05	59,3	461
ЧЕТВЕРГ							
Комплекс № 2							
88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/10	5,6	9,7	9,8	149	
		50	3	10,4	29,8	211	
ТТК2019	Кекс Волжский	200	1	0,1	30,6	128	
348/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	20	1	0,2	9,0	44	
	Хлеб ржано-пшеничный						
	Итого:		48,00	10,60	20,38	79	532
ПЯТНИЦА							
Комплекс № 2							
96/2015	Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	4,3	8,4	17,5	163	
		50	3,2	10,4	29,8	211	
ТТК2018	Маффин Классический	200/8	0,02	0	7,9	32	
685/2004	Чай с сахаром	15	0,75	0,15	6,8	33	
	Хлеб ржано - пшеничный						
	Итого:		48,00	8,27	18,95	62,0	439
СУББОТА							
Комплекс № 2							
101/2015	Суп картофельный с рисом	250	3,92	4,5	17,5	105	
		48	3,5	10,4	29,7	227	
ТТК 2017	Кольцо песочное	200	1,35	0,27	12,15	59	
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	20	1	0,2	9,0	44	
	Хлеб ржано-пшеничный						
	Итого:		48,00	9,77	15,32	68,4	435

Начальник отдела по организации питания: *[подпись]*
 Зав. производством: *[подпись]*
 Калькулятор: *[подпись]*

огласовано"
ректор Общеобразовательного
образования



№ 48 «Фарватер»
А.Т. Урманчеев

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питания

АО «Департамент продовольствия и
социального питания г.Казани»

А.К.Арапова



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

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & chill)
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
с 9 по 14 января, с 23 по 28 января 2023 г

- я неделя ЯНВАРЬ

Сб.рей 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
38/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
11/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
7/2015 Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
9/2004 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
ТК 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
1-ЫЕ БЛЮДА						
102/2015 Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/11		7,76	7,2	19,4	174
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Бифштекс по-домашнему	90		13,5	12,22	8,5	195
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.			13,80	12,21	4,70	183
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
ТТК 2019 Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
сред.			19,29	26,84	35,77	464
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2014 Макароны 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 ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

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

Об. пр. 2 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
	120		0,48	0,48	11,76	56
В/2015 Фрукты свежие (яблоки)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
З/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	100		1,43	6,09	8,36	94
И/2015 Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		2,08	15,24	6	170
К 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	80		5,3	12,9	5,4	159
К 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка						
	сред.		3,10	7,92	9,38	122
1-ые БЛЮДА						
И/2015 Борщ со свеж. капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,9	8,2	12,8	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
В/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
ТК 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
	сред.		16,07	17,20	4,12	235
ТК 2021 Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
	сред.		16,10	16,00	21,50	295
ГАРНИРЫ						
З/2015 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
З/09/2015 Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
И/39/2015 Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,96	6,37	29,19	196
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,10	0,01	9,64	40,00
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		3,6	0,6	19,1	103
		Итого с				
		самост. бл	73,00			
		юдом-				
		Итого-	73,00			

3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
2015 Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
2015 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
2019 Салат "Прага" (грудки курины., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
2004 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		1,91	7,06	8,85	108
1-ые БЛЮДА						
3/2015 Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
гк 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
гк 2022 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	75/5		20,4	20,3	2,7	277
гк 2021 Рыба запеченая (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
гк 2022 Нагетсы куриные	5шт/80		16,3	19,7	2,82	250
	сред.		16,37	14,98	4,61	218
гк 2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	4шт/140/15		33,7	10,3	48,6	428
гк 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
	сред.		22,80	12,65	45,68	393
ГАРНИРЫ						
гк 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
гк 2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
гк 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		12,70	20,00	90,9	591,00
НАПИТКИ						
гк 2021 Чай черный 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	20/15		2,14	0,3	16,38	79
	Итого с	самост.бл	73,00			
	Итого-	юдом-	73,00			

5. при 4 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
2015 Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
015 Салат картофельный с солёными огурцами	100	1,46	5,3	9,83	93	
2022 Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100	1,5	8,6	9	121	
2021 Салат с фасолью (фасоль консер., морковь отв., огурцы солён., м/раст.)	100	3,1	8,4	8,6	123	
2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178	
	сред.	1,79	6,89	10,94	114	
1-ые БЛЮДА						
2015 Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10	3,33	6,4	7,56	128	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
к 2021 Рыба запечённая с овощами	75/25	15,8	9,9	2,61	163	
к 2021 Люля кебаб	80	14,3	13,1	5,5	195	
к 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,235	209	
к 2020 Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391	
	сред.	16,86	17,82	3,29	240	
гк 2021 Гречка с фаршем и овощами	230	20,8	17,4	55,2	460	
гк 2016 Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,6	525	
	сред.	21,20	26,35	42,40	493	
ГАРНИРЫ						
тк 2016 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
тк 2014 Макароны изделия отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,13	248	
тк 2018 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	200/8/5	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	20/20	2,52	0,4	18,84	91	
	Итого с	самост. бл	73,00			
	Итого-	73,00				

5. при 5 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
/2015 Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
2015 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
2004 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		2,03	6,16	12,17	113
1-ые БЛЮДА						
2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,42	6,1	17,1	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
к 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
к 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/5		19,6	26,8	1,51	324,4
к 2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
0/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	сред.		17,19	17,51	3,41	239
гк 2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
	сред.		26,30	28,90	44,10	366
ГАРНИРЫ						
гк 2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
гк 2020 Пюре картофельное	150		3,28	4,7	22,03	146
	сред.		3,94	5,58	35,02	208
НАПИТКИ						
гк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
гк 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,07	0,01	9,58	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
	Итого с					
	самост.бл	73,00				
	юдом-					
	Итого-	73,00				

Ланч

д. при 6 день
СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
2015	Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
2014	Спагетти отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,14	248
2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,5	0,3	13,5	66
	Итого-	73,00	20,50	26,51	81,35	655

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

Согласовано"
директор
Общественного учреждения
№ 501



№ 48, "Фарватер"
А.Т. Урманчеева

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



МЕНЮ

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & shift)
с 16 по 21 января 2023 г

2 неделя (ЯНВАРЬ)

№ Сб.рей Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

Горячее бесплатное питание младшие

№ 15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
ТТК 2020 г	Тeftели из говядины в соусе томатном	70/40		5,50	6,83	8,46	117
ТТК 2014 г	Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
	Печенье весовое	2 шт/30		1,07	1,14	8,23	48
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
	Итого:	543	62,10	19,04	17,62	80,67	560

ВТОРНИК

Горячее бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Флоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
№ 45/2015 г	Салат из белокачанной капусты (капуста, морковь, масло растит.)	60		0,93	3,05	5,64	54
ТТК 2021 г	Рагу из куриных грудок	50/150		12,04	15,23	23,20	278
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
	Итого:	600	62,10	15,90	19,04	67,65	511

СРЕДА

Горячее бесплатное питание младшие

№ 52/2015г	Свекла отварная (дольками) с маслом	60		0,85	3,65	5,02	56
ТТК 2022 г	Котлеты "Школьные"	90		11	6,09	3,6	113
Акт 2016 г	Рис отварной с маслом сливочным	150/5		3,87	9,05	40,05	257
ТТК 2021 г	Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,03	11,57	48
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
	Итого:	535	62,10	17,73	19,09	74,37	542

ЧЕТВЕРГ

Горячее бесплатное питание младшие

ТТК	Салат из моркови (морковь свежая, сахарный песок, масло растит.)	60		0,63	6,04	9,34	95
№ 360/2015 г	Гуляш из говядины	45/45		10,80	7,7	2,56	123
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные (масло растительное)	150		5,60	5,06	35,91	212
ТТК 2021 г	Компот из свежих плодoв (яблоки)	200		0,08	0,08	11,94	49
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
	Итого:	530	62,10	19,00	19,15	73,88	547

ПЯТНИЦА

Горячее бесплатное питание младшие

№ 47/2015 г	Салат из квашенной капусты (без лука)	60		0,98	3,05	4,63	51
ТТК 2022 г	Чикен	90		11,10	8,20	19,09	195
ТТК 2020 г	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,28	4,66	22,03	146
ТТК 2021 г	Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
	Итого:	530	62,10	17,35	16,22	70,59	504

СУББОТА

Горячее бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Флоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
№ 243/2015г	Сосиски отварные	2 шт/100		9,40	11,00	1,80	144
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные (масло растительное)	150		5,60	5,06	35,91	212
№ 699/2004г	Напиток лимонный	200		0,14	0,01	24,43	101
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
	Итого:	580	62,10	17,43	16,74	86,07	572

Начальник отдела по организации питания:
Зав. производством:
Калькулятор:

огласовано
ректор
общеобразовательного учреждения

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



МЕНЮ

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением (С КАШАМИ)
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & shell)
с 16 по 21 января 2023 г

2 неделя (ЯНВАРЬ)

Сб.рец Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

Горячее бесплатное питание младшие

№ 15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99				53
№ 338/2015г	Флоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76			56
№ 173/2015г	Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5		5,6	5,98	18,66			151
ТТК 2019 г	Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/45/10		3,19	2,52	19,5			114
№ 382/2015 г	Какао с молоком	200		3,97	2,10	25,16			145
	Батон	20		1,5	0,58	10,28			52
	Итого:	565		62,10		18,68	15,65	85,36	571

ВТОРНИК

Горячее бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Флоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76			56
№ 14/2015 г	Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08			66
ТТК 2019 г	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом	150/5		12,03	6,03	22,8			193
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13			34
АКТ 2019	Печенье сдобное Вкусное	2 шт/30		1,35	2,7	9			66
	Батон	25		1,87	0,72	12,85			66
	Итого:	553		62,10		15,87	17,19	64,62	481

СРЕДА

Горячее бесплатное питание младшие

№ 15/2015 г	Сыр порциями	15		3,94	3,99				53
№ 338/2015г	Флоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76			56
ТТК 2022 г	Запеканка рисовая из творога	140		10,79	10,8	36,57			287
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98			32
	Батон	25		1,88	0,72	12,85			66
	Итого:	508		62,10		17,11	15,99	69,16	494

ЧЕТВЕРГ

Горячее бесплатное питание младшие

№ 674/2004	Флоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76			56
№ 173/2015г	Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	8,61	25,28			175
ТТК 2019 г	Блинчики со сгущённым молоком	2 шт/90/25		6,75	7,97	21,77			185
№ 630/1996	Чай с молоком	200/8		1,52	0,75	10,39			59
	Батон	20		1,5	0,58	10,28			52
	Итого:	618		62,10		16,10	18,39	79,48	527

ПЯТНИЦА

Горячее бесплатное питание младшие

№ 674/2004	Флоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76			56
№ 173/2015г	Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		7,5	8,1	15,55			165
№ 348/2015	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98			32
АКТ 2019	Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	2 шт/30		2,73	3,62	14,32			101
	Йогурт питьевой обогащенный 2,8 % (в ассортименте) ДМК	1/125		3,5	3,5	14,6			105
	Батон	25		1,88	0,72	12,85			66
	Итого:	663		62,10		16,11	16,42	77,06	525

СУББОТА

Горячее бесплатное питание младшие

№ 674/2004	Флоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76			56
ТТК 2021 г	Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/20		8,76	10,22	19,24			203
№ 173/2015г	Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05			181
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15			46
	Батон	30		2,25	0,87	15,42			79
	Итого:	595		62,10		17,53	17,15	82,62	565

Начальник отдела по организации питания:
Зав. производством:
Калькулятор:

(Handwritten signatures)

директор Общеобразовательного
еждения

№ 78 «Фарватер»
Урмамшеева

Заместитель генерального директора
по организации питания
АО «Департамент продовольствия и
социального питания г.Казани»
А.К.Агапова

МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ
с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & eat)
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №
с 16 по 21 января 2023 г

я неделя	ЯНВАРЬ	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Комплекс № 1							
< 2021	Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	80		13,8	12,4	1,00	170
2/2015	Макаронные изделия отварные (с м/р)	150		5,60	5,10	36,00	212
< 2021	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
	Итого:		48,00	20,17	17,65	51,7	447
ВТОРНИК							
Комплекс № 1							
К 2022	Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,5	173
4/2015	Рис отварной	150		3,8	5,4	40	224
18/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,1	30,6	128
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
	Итого:		48,00	15,75	16,43	85,85	558
СРЕДА							
Комплекс № 1							
ТК 2021	Нагетсы куриные	4шт/64		13,1	15,7	2,3	200
12/2015	Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
48/2004	Кисель	200				13,1	53
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
	Итого:		48,00	17,40	20,60	46,40	443
ЧЕТВЕРГ							
Комплекс № 1							
ГТК 2021	Картофель тушёный с фаршем	170		12,7	14,4	23,4	275
ГТК 2021	Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
	Итого:		48,00	13,47	14,55	38,05	340
ПЯТНИЦА							
Комплекс № 1							
ГТК 2019	Люля-кебаб запечённый	80		14,3	13,1	6	195
302/2015	Каша гречневая вязкая	150		3,5	4,6	22,03	144
701/2004	Напиток яблочный	200		0,1	0,1	26,4	108
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
	Итого:		48,00	18,90	18,04	62,93	491
СУББОТА							
Комплекс № 1							
243/201	Сосиски отварные	2шт/100		8,92	9,51	2,39	136
202/2015	Спагетти отварные (с м/растит.)	150		5,60	5,10	36,00	212
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
	Итого:		48,00	15,54	14,81	55,29	424

Начальник отдела по организации питания: *[подпись]*
Зав. производством:
Калькулятор: *[подпись]*

оголасовано"
ректор Общеобразовательного
еждения



"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 № 150

(С СУПОМ)

с 16 по 21 января 2023 г

- я неделя **ЯНВАРЬ**

Сб.рей **Наименование продуктов**

Выход Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

Комплекс № 2

5.1983	Суп гороховый с гречками	250/10	10,8	6,5	28,5	216
ГК 2020	Эч-почмак с мясом	100	6,0	4,90	40,0	229
18/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,1	30,6	128
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:		48,00	18,80	11,68	108,1	617

ВТОРНИК

Комплекс № 2

2/2015	Борщ с капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/5	5,6	9,1	12,7	156
ТК2018	Маффин Классический	50	3,2	10,4	29,8	211
ТК 2021	Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:		48,00	9,56	19,65	59,5	441

СРЕДА

Комплекс № 2

103/2015	Суп картофельный с вермишелью,фрикадельками из птицы	250/1шт	4,7	4,5	20,9	144
ГТК2021	Сосиски в тесте	100	10,70	15,40	32	310
ТТК 2021	Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:		48,00	16,52	20,13	73	546

ЧЕТВЕРГ

Комплекс № 2

88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/5	5,6	9,7	9,8	141
ТТК2019	Кекс Волжский	50	3	10,4	29,8	211
348/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,1	30,6	128
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:		48,00	10,35	20,33	76,95	513

ПЯТНИЦА

Комплекс № 2

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
Итого:		48,00	10,17	16,65	64,5	437

СУББОТА

Комплекс № 2

96/2015	Рассольник "Домашний" со сметаной	200/10	2,06	5,8	12,26	110
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
Итого:		48,00	6,21	19,85	47,5	440

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор:

(Handwritten signatures and initials)

оголасовано"
 директор Общеобразовательного
 учреждения



№ 78 «Фарватер»
А.Т. Урманчиева

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



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

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
 в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & chill)
 для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
 с 16 по 21 января 2023 г

2 - я неделя ЯНВАРЬ

сб.рей 1 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
№1/2015 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	
49/2004 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100	1,05	10,1	15,6	158	
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70	4,85	9,8	7,28	137	
сред.	сред.	2,08	7,43	11,68	123	

1-ЫЕ БЛЮДА

сб.1983 Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/10/11	10,5	7,0	24,31	202
---	-----------	------	-----	-------	-----

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 2022 Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	75/5	20,2	19,4	0,32	257
ТТК 2020 Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391
сред.	сред.	17,62	19,16	3,34	255
ТТК 2016 Лазанья с мясом	200	22,9	30,0	38,7	519
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,6	525
ТТК 2018 Блинчики п/ф со сгущённым молоком	4шт/180/15	11	8	64,1	373
сред.	сред.	18,50	24,43	44,13	472

ГАРНИРЫ

ТТК 2014 Спагетти отварные (с маслом растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254
ТТК 2016 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80
сред.	сред.	4,94	5,09	26,10	169

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.	сред.	0,07	0,01	9,60	39

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**

Об. прей 2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
8/2015 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
ГК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
ГК 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
2/2015 Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
	сред.		3,10	7,92	9,38	122
1-ЫЕ БЛЮДА						
2/2015 Борщ со свеж. капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,9	8,2	12,8	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТК 2021 Бифштекс по-домашнему	90		13,5	12,22	8,5	195
ТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ГК 2022 Нагетсы куриные	6шт/96		20	23,6	3,4	300
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	сред.		16,55	16,03	4,36	225
ГК 2022 Грудки куриные по-французски	180		17	29,0	16,9	397
	сред.		17,00	29,00	16,90	397,00
ГАРНИРЫ						
ГК 2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ГК 2014 Макароны изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
139/2015 Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		5,19	6,43	36,38	225
НАПИТКИ						
ГК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ГК 2022 Напиток яблочный	200		0,1	0,1	12,4	52
	сред.		0,05	0,05	10,20	42
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
	Итого с самост. бл юдом-	73,00				
	Итого-	73,00				

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
	120		0,48	0,48	11,76	56
38/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		1,55	5,1	9,41	91
5/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	70		4,85	9,8	7,28	137
ТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	100		0,99	10,14	8,80	132
9/2004 Салат из моркови с яблоками	100		1,22	10,16	7,17	126
37/2015 Винегрет овощной	сред.		1,82	7,13	8,88	108
1-ые БЛЮДА						
	250		2,86	3,1	20,9	123
103/2015 Суп картофельный с вермишелью						
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	50/50		14,6	15,3	3,235	209
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	75		17,3	10,0	3,3	171
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	80/5		19,6	26,8	1,51	324,4
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	сред.		15,73	15,48	4,41	219
	180/5		13	20,0	25	331
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом, маслом	170		24,4	30,22	34,944	510
ТТК2019 Рыбный киш	сред.		18,68	25,11	29,97	421
ГАРНИРЫ						
	180		4,2	9,9	34,1	242
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	180		7,95	6,5	50,25	291
ТТК2016 Каша гречневая рассыпчатая	100		3,9	3,6	8,8	80
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	сред.		5,35	6,66	31,05	204
НАПИТКИ						
	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200		1	0,1	30,56	128
348/2015 Компот из плодов сушеных (урюк)	сред.		0,53	0,04	19,35	81
	15/15		1,89	0,3	14,13	68
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с						
		Итого с				
		самост.бл	73,00			
		юдом-				
		Итого-	73,00			

б. при 4 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
3/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
к 2019 Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
2015 Салат картофельный с солёными огурцами	100		1,46	5,3	9,83	93
2003 Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	сред.		2,17	7,41	9,16	113
1-ые БЛЮДА						
2015 Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,33	6,4	7,56	128
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
TK2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
TK 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
TK 2019 Цыплята запечённые	110		29,4	26,9	1,1	365
TK2022 Чахохбили из куриных грудок	60/50		12,6	16,6	7	229
	сред.		19,13	18,08	4,18	256
ГТК 2021 Плов с куриными грудками, огурец солёный -доп. гарнир	50/150/50		13,4	21,5	40	412
ГТК 2016 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	сред.		17,50	28,40	34,80	469
ГАРНИРЫ						
ТТК2014 Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
ТТК2017 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
ТТК2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	сред.		4,91	7,02	37,11	232
НАПИТКИ						
ТТК 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	25/20		3,6	0,6	19,1	103
	Итого с					
	самост. бл	73,00				
	Итого-	73,00				

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
В/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
К2022 Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
К 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
З/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		2,94	6,42	10,49	113
1-ые БЛЮДА						
7/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
ТК 2021 Фрикадельки мясные в соусе	55/50		12,5	14,9	5,2	205
ТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	сред.		14,67	15,22	4,56	213
ГТК 2021 Картофель тушёный с фаршем	200		14,9	17	27,5	322
ГТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
	сред.		20,60	22,95	35,80	344
ГАРНИРЫ						
ГТК2020 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
ГТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
139/2015 Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,12	6,20	23,62	169
НАПИТКИ						
ГТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ГТК 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				

Ланч

№. рейс 6 день
СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

3/2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
3/2015	Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
к2014	Макаронные изделия отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,14	248
9/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,5	0,3	13,5	66
	Итого-	73,00	20,50	26,51	81,4	655

1 Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

