

Меню

Дата
Понедельник

Наименование продуктов

Завтрак

Каша вязкая молочная из пшениной крупы с маслом

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

Сыр порциями

Вафли весовые

Напиток из шиповника

Батон

Итого

Комплекс 66 руб

Котлеты куриные нежные запеченные с сыром

Каша гречневая вязкая

Компот из замороженной компотной смеси

Хлеб ржано-пшеничный

Итого

Горячее бесплатное питание младшие

Фрикасе из птицы в соусе

Рис отварной

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный

Фруктовое пюре

Итого:

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

Салат бурячок

Вторые блюда

Рыба запеченная с сыром (филе)

Шашлык из куриной грудки

Плов с говядиной

Гарниры

Рис отварной

овощная смесь отварная

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

Комплекс 10,30

Макароны отварные (с мас.раст)

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный

Итого:

Директор

Калькулятор

Зав. столовой



ДЕПАРТАМЕНТ
ПИТАНИЯ КАЗАНЬ

20
ЛЕТ

8 (800) 234-33-88

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

Меню

Дата
Среда

Наименование продуктов

Завтрак

каша вязкая молочная из рисовой и пшеничной крупы с маслом

Напиток лимонный

Блинчики со сгущенным молоком

Батон

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
	150/5		4,6	5,08	32,55	201
	200		0,13	0,02	11,15	46
	45/20		1,9	0,725	12,85	66
	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого	45	14,3	14,9	65,5	446	

Комплекс 66 руб

Запеканка картофельная с мясом

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный

	180		9,57	10,4	9,23	311
	200/8		0,1	0,1	12,43	52
	30		1,25	0,25	11,3	55
Итого	66	18,5	16,9	51,8	420	

Горячее бесплатное питание младшие

Гуляш из филе грудок индейки

каша гречневая рассыпчатая

Чай с сахаром

Пирог зебра

Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный

	45/45		10,69	12,03	15,36	210
	150		5,60	5,06	35,91	212
	200/8		0,02		7,99	32
	50		1,00	3,40	8,50	70
	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	92,76	20,18	19,69	86,359	606	

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

Салат из квашеной капусты

Вторые блюда

Запеканка картофельная с мясом

Гуляш из филе грудок индейки

Рыба запеченная с сыром

Гарниры

Каша гречневая рассыпчатая

Макаронные изделия отварные

Напитки

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

	100		0,40	0,40	9,80	47
	100		6,70	11,30	1,40	86
	180		15,9	13,5	38,1	337
	50/50		12,7	12,9	34,88	307
	90/10		23,3	14,5	3,17	180
	180		4,2	9,8	34,08	242
	180		3,51	8,25	28,4	202
	200/8		0,05		8,13	20
	20/20		2,14	0,32	16,38	79
Итого	93					

Комплек 10,30 руб.

Каша полбяная вязкая

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный

	110		3,64	4,61	19,4	134
	180/5		0	0	7,99	32
	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:	10,3					

Директор
Калькулятор
Зав. столовой



Меню

Дата
Четверг

Наименование продуктов

Завтрак

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Масло сливочное порциями	10		0,08	7,25	0,08	66
Макароны отварные с сыром, маслом	150/5		5,9	5,61	30,78	204
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,06	0,01	8,13	34
Батон	30		1,87	0,725	12,85	66
Итого	45	13,79	11,62	77,73	463	

Комплекс 66 руб

Ежики мясные с рисом в соусе для запекания	60/30		11,73	12,3	2,67	219
Спагетти отварные	150		3,6	4,6	19,42	134
Напиток яблочный	200		0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный	30		1	0,2	9	79
Итого	66	17,8	16,7	62,7	560	

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды и ягоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Плов с говядиной	30/160		12,22	15,61	46,03	373
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Печенье сдобное шоколадное	15		2,70	5,50	28,00	165
Хлеб ржано-пшеничный	20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	92,76	16,18	20,33	81,975	580	

Обед

Холодные закуски

Бутерброд горячий с сыром (батон в/с)	30/15		1,60	6,03	7,70	85
Плоды свежие яблоки	100		0,48	0,48	11,80	56
Салат из соленых огурцов с горошком конс.	100		1,15	5,11	2,43	62

Вторые блюда

Ежики мясные с рисом в соусе для запекания	60/40		14,3	13,1	5,4	219
Медальоны из куриных грудок с сыром	90/10		11,1	13,3	34,5	364

Гарниры

Рис отварной	180		3,012	3,358	5,06	63
Спагетти отварные	180		3,1	3,44	4,44	31

Напитки

Чай пакет.с сахаром	200/8		0,05		8,13	30
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		2,14	0,32	16,38	79

Комплекс 10,30 руб.

Каша гречневая вязкая	110		4	5,8	20	148
Чай с сахаром	180/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:	10,3					

Директор
Калькулятор
Зав. столовой



Меню

Дата
Пятница

Наименование продуктов

Завтрак

Бутерброд с сыром, маслом
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом
Чай с сахаром, лимоном

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

30/15/10 0,4 0,4 9,8 47

150/5 6,34 6,79 28,52 208

200/8/5 0,8 0,06 18,46 79

Итого 45 12,617 10,67 71,65 413

Комплекс 66 руб

Гуляш из куриных грудок

45/45 21,36 19,2 0,7 297

Каша гречневая рассыпчатая

150 3,07 4,3 32 180

Напиток из шиповника

200 0,02 0,001 7,9 32

Хлеб ржано-пшеничный

30 1 0,2 9 44

Итого 66 22,86 21,16 65,18 594

Горячее бесплатное питание младшие

Котлеты аппетитные запеченные

90 10,25 8,15 25,36 230

Пюре картофельное

150 6,60 5,30 41,70 242

Чай с сахаром

200/8 0,02 7,99 32

Сок фруктовый

1/200 1,246 4,314 9,27 81

Хлеб пшеничный

20 2,52 0,36 18,84 91

Итого: 92,76 17,58 18,69 69,849 519

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

100 0,48 0,48 11,80 56

Салат из фасоли и кукурузы

100 6,20 4,90 15,40 131

Вторые блюда

Гуляш из куриных грудок

45/45 17,1 17,2 1,2 226

Котлеты аппетитные мясо-куриные запеченные с сыром

90 11,557 8,288 6,947 149

Голень куриная в сливочном маринаде

100 22,7 24,6 1,5 319

Гарниры

Пюре картофельное

180 4,2 9,6 34,08 242

Макаронные изд.отварные

180 6,8 5,4 43,1 248

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном

200/8/5 0,55 0,05 13,40 58

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

20/20 2,52 0,36 18,84 91

93

Комплекс 10,30 руб.

Спагетти отварные с маслом раст

120/2 5,6 5,07 35,9 212

Чай с сахаром

180/5 0,1 0,01 8,15 35

Хлеб ржано-пшеничный

15 1 0,2 9 44

Итого: 10,3

Директор
Калькулятор
Зав. столовой



Меню

Дата
Суббота

Наименование продуктов

Обед

Фрукты свежие яблоки

Сосиски отварные

Спагетти отварные

Пельмени для умников и умниц отварные с маслом

Чай пакетированный с сахаром, лимоном

Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный

Комплекс 10,30 руб.

Пюре из бобовых с маслом

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный

Директор
Калькулятор
Зав. столовой

А.Б.Г.
4

Выход	Стои-т	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
100		0,48	0,48	11,80	56
100		19,00	16,30	33,50	357
180		6,72	6,10	43,08	254
180/5		12,05	14,40	28,20	290
200/8/5		1,35	0,27	12,15	59
20/20		1,00	0,20	9,00	44
Итого	93				

120/2		3,27	4,33	20,56	134
180/5		0,00	0	7,99	32
15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:	10,3				