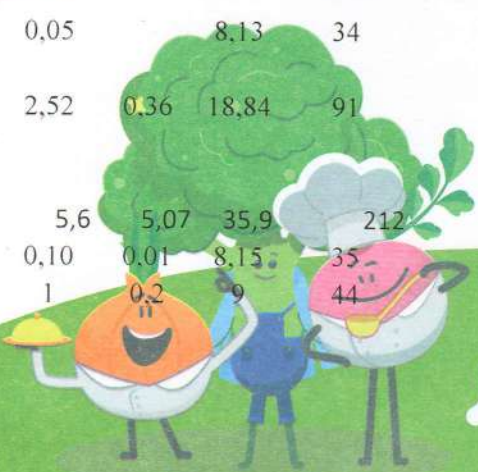


Меню

Дата
Понедельник

| Наименование продуктов | Выход | Стои-ть | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Сыр порциями | 15 | | 3,94 | 3,99 | | 53 |
| Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом | 150/5 | | 5,91 | 5,56 | 25,1 | 181 |
| Напиток из урюка | 200 | | 0,06 | 0,01 | 8,13 | 34 |
| Вафли весовые | 1шт/20 | | 0,78 | 6,12 | 12,5 | 108 |
| Батон | 30 | | 1,87 | 0,72 | 12,9 | 66 |
| Итого | 35 | 55,00 | 13,72 | 16,91 | 72,1 | 506 |
| Комплексе 55,00 | | | | | | |
| Плоды свежие яблоки | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Сосиски отварные | 1шт/50 | | 5,2 | 10,1 | 0,4 | 113 |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 150/5 | | 3,5 | 8,3 | 22 | 177 |
| Напиток из замороженной черной смородины | 200 | | 0,14 | 0 | 11,2 | 46 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 25 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 66 |
| Итого | 55 | 55,00 | 10,74 | 19,12 | 56,9 | 449 |
| Горячее бесплатное питание младшие | | | | | | |
| Салат из моркови | 60 | | 0,7 | 3,05 | 6,72 | 58 |
| Ежики с мясом и рисом в соусе томатном | 60/40 | | 9,56 | 10,42 | 9,23 | 169 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | | 5,64 | 4,46 | 35,94 | 207 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,02 | | 7,99 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,8 | 91 |
| Итого: | 66,80 | 18,44 | 18,29 | 78,72 | 557 | |
| Обед | | | | | | |
| Холодные закуски | | | | | | |
| Плоды свежие яблоки | 100 | | 0,40 | 0,40 | 9,8 | 47 |
| Бутерброд с сыром (батон) | 30/15 | | 6,20 | 4,90 | 15,40 | 131 |
| Вторые блюда | | | | | | |
| Рыба (филе) по-Московски | 75/20 | | 20,2 | 14,5 | 1,9 | 220 |
| Голень куриная в сливочном маринаде | 90 | | 22,70 | 30,40 | 1,80 | 371 |
| Лазанья с мясом | 200 | | 21,70 | 28,00 | 36,80 | 493 |
| Гарниры | | | | | | |
| Макаронные изделия отварные (м/раст) | 180 | | 6,8 | 5,4 | 43,1 | 248 |
| Каша гречневая вязкая | 180 | | 4,60 | 6,50 | 48,00 | 269 |
| Овощная смесь (европейская отварная) | 100 | | 3,60 | 3,30 | 8,90 | 80 |
| Напитки | | | | | | |
| Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,05 | | 8,13 | 34 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| Итого: | 79 | 9,20 | 9,2 | 11,06 | 79,77 | 444 |
| Комплексе 9,20 руб. | | | | | | |
| Спагетти отварные (с мас.раст) | 150 | | 5,6 | 5,07 | 35,9 | 212 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,10 | 0,01 | 8,15 | 35 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | | 1 | 0,2 | 13,9 | 44 |
| Итого: | 9,2 | 11,72 | 7,3 | 5,08 | 58,14 | 291 |

Директор
8(800)234-33-88
Калькулятор
www.pishovoi.ru

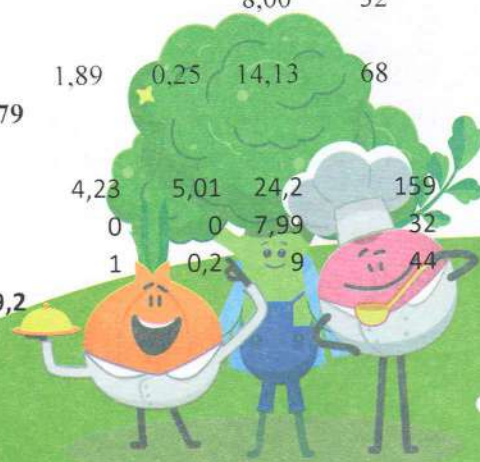


Меню

Дата
Вторник

| Наименование продуктов | Выход | Стоимость | Белки | Жиры | Углы-ды | Ккал |
|--|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|------|
| Завтрак | | | | | | |
| Фрукты свежие яблоки | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Макаронные изд.отварные с сыром | 150 | | 7,9 | 7,01 | 38,2 | 239 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,11 | 0,03 | 10,4 | 43 |
| Батон | 30 | | 2,25 | 0,87 | 15,4 | 79 |
| Итого | 35 | 11,7 | 9,49 | 65,5 | 399 | |
| Комплекс 55 руб | | | | | | |
| Котлеты Школьные | 90 | | 11,46 | 9,9 | 9,6 | 172 |
| Спагетти отварные масло слив. | 180 | | 6,7 | 6,1 | 43,1 | 254 |
| Компот из свежих плодов яблоки | 200 | | 0,08 | 0,08 | 11,9 | 49 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | | 1,25 | 0,25 | 11,3 | 55 |
| Итого | 55 | 19,49 | 16,33 | 75,9 | 530 | |
| Горячее бесплатное питание младшие | | | | | | |
| Фрукты свежие яблоки | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Жаркое из птицы | 40/160 | | 11,39 | 14,90 | 29,09 | 296 |
| Напиток из урюка | 200 | | 0,8 | 0,06 | 18,5 | 79 |
| Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,8 | 91 |
| Итого: | 66,80 | 15,11 | 15,72 | 76,19 | 513 | |
| Обед | | | | | | |
| Холодные закуски | | | | | | |
| Фрукты свежие яблоки | 100 | | 0,48 | 0,48 | 11,80 | 56 |
| Салат-бар (капуста кваш.,морковь свеж., масло раст) | 100 | | 1,50 | 5,10 | 4,60 | 72 |
| Горячий бутерброд с сыром (батон) вс | 30/15 | | 6,20 | 4,90 | 15,40 | 131 |
| Вторые блюда | | | | | | |
| Пельмени Для умяиков и умяиц отварные с маслом слив. | 180/5 | | 9,57 | 10,40 | 9,23 | 169 |
| Рыба филе запеченная с сыром, соусом | 80/5/10 | | 19,80 | 14,20 | 3,20 | 221 |
| Жаркое из птицы | 50/150 | | 16,20 | 15,80 | 22,00 | 296 |
| Гарниры | | | | | | |
| Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48 | 269 |
| Напитки | | | | | | |
| Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | | 8,00 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с | 15/15 | | 1,89 | 0,25 | 14,13 | 68 |
| Комплекс 9,20 руб | | | | | | |
| Каша геркулесовая вязкая | 130 | | 4,23 | 5,01 | 24,2 | 159 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0 | 0 | 7,99 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 17 | | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Итого: | 9,2 | | | | | |

8(800)234-33-88
Директор
Зав. столовой
Калькулятор

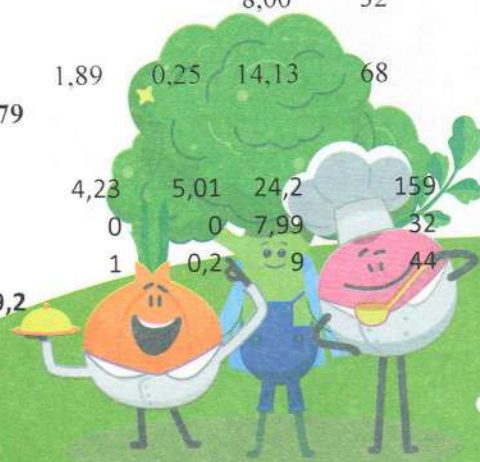


Меню

Дата
Вторник

| Наименование продуктов | Выход | Стоимость | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|------|
| Завтрак | | | | | | |
| Плоды свежие яблоки | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Макаронные изд.отварные с сыром | 150 | | 7,9 | 7,01 | 38,2 | 239 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,11 | 0,03 | 10,4 | 43 |
| Батон | 30 | | 2,25 | 0,87 | 15,4 | 79 |
| Итого | 35 | 11,7 | 9,49 | 65,5 | 399 | |
| Комплексе 55 руб | | | | | | |
| Котлеты Школьные | 90 | | 11,46 | 9,9 | 9,6 | 172 |
| Спагетти отварные масло слив. | 180 | | 6,7 | 6,1 | 43,1 | 254 |
| Компот из свежих плодов яблоки | 200 | | 0,08 | 0,08 | 11,9 | 49 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | | 1,25 | 0,25 | 11,3 | 55 |
| Итого | 55 | 19,49 | 16,33 | 75,9 | 530 | |
| Горячее бесплатное питание младшие | | | | | | |
| Плоды свежие яблоки | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Жаркое из птицы | 40/160 | | 11,39 | 14,90 | 29,09 | 296 |
| Напиток из урюка | 200 | | 0,8 | 0,06 | 18,5 | 79 |
| Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,8 | 91 |
| Итого: | 66,80 | 15,11 | 15,72 | 76,19 | 513 | |
| Обед | | | | | | |
| Холодные закуски | | | | | | |
| Плоды свежие яблоки | 100 | | 0,48 | 0,48 | 11,80 | 56 |
| Салат-бар (капуста кваш.,морковь свеж., масло раст) | 100 | | 1,50 | 5,10 | 4,60 | 72 |
| Горячий бутерброд с сыром (батон) вс | 30/15 | | 6,20 | 4,90 | 15,40 | 131 |
| Вторые блюда | | | | | | |
| Пельмени Для умников и умниц отварные с маслом слив. | 180/5 | | 9,57 | 10,40 | 9,23 | 169 |
| Рыба филе запеченная с сыром, соусом | 80/5/10 | | 19,80 | 14,20 | 3,20 | 221 |
| Переменка | 50/150 | | 16,20 | 15,80 | 22,00 | 296 |
| Гарниры | | | | | | |
| Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48 | 269 |
| Напитки | | | | | | |
| Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | | 8,00 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с | 15/15 | | 1,89 | 0,25 | 14,13 | 68 |
| Комплексе 9,20 руб | | | 79 | | | |
| Каша геркулесовая вязкая | 130 | | 4,23 | 5,01 | 24,2 | 159 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0 | 0 | 7,99 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 17 | | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Итого: | 9,2 | | | | | |

8(800)234-33-88
Директор
Зав. столовой
Калькулятор



Меню

Дата
Среда

| Наименование продуктов | Выход | Стои-ть | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|------|
| Завтрак | | | | | | |
| Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом | 150/5 | | 4,6 | 5,08 | 32,55 | 201 |
| Блинчики со сгущенным молоком | 1шт/50/10 | | 3,19 | 2,52 | 19,5 | 114 |
| Компот из замороженной компотной смеси | 200 | | 0,13 | 0,02 | 11,15 | 46 |
| Батон | 30 | | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79 |
| Итого | 35 | 10,17 | 8,49 | 78,62 | 440 | |
| Комплекс 55 руб | | | | | | |
| Ежики мясные с рисом в соусе томатном | 60/40 | | 9,57 | 10,4 | 9,23 | 169 |
| Картофель запеченный с паприкой | 150 | | 3,5 | 8,2 | 28,4 | 202 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | 0,001 | 7,9 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | | 1,25 | 0,25 | 11,3 | 55 |
| Итого | 55 | 14,34 | 18,88 | 56,78 | 458 | |
| Горячее бесплатное питание младшие | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной с маслом | 60 | | 0,85 | 3,65 | 5,01 | 56 |
| Котлеты Appetitные мясо-куриные | 90 | | 12,50 | 11,80 | 7,20 | 185 |
| Каша гречневая вязкая | 150 | | 3,50 | 4,64 | 22,02 | 144 |
| Напиток из замороженной черной смородины | 200 | | 0,10 | 0,10 | 12,40 | 52 |
| Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| Итого: | 66,80 | 19,47 | 20,49 | 63,78 | 520 | |
| Обед | | | | | | |
| Холодные закуски | | | | | | |
| Плоды свежие яблоки | 100 | | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 |
| Бутерброд с сыром (с батоном) | 30/15 | | 6,20 | 4,90 | 15,40 | 131 |
| Вторые блюда | | | | | | |
| Гуляш из индейки | 50/50 | | 10 | 12,56 | 2,1 | 162 |
| Медальоны куриные с сыром, томатом | 75/5 | | 14,60 | 17,30 | 0,82 | 218 |
| Гарниры | | | | | | |
| Картофель запеченный с паприкой | 150 | | 3,51 | 8,25 | 28,4 | 202 |
| Макаронные изд.отварные м/раст | 180 | | 6,8 | 5,4 | 43,1 | 248 |
| Овощная смесь отварная | 100 | | 3,6 | 3,3 | 8,9 | 80 |
| Напитки | | | | | | |
| Чай черный пакетир.с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,05 | | 8,13 | 34 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с | 20/15 | | 2,14 | 0,32 | 16,38 | 79 |

Комплекс 9,20 руб.

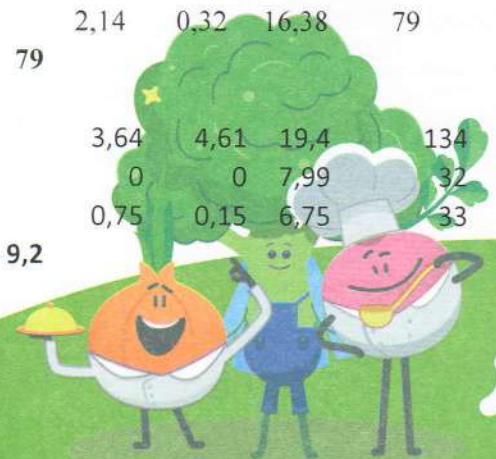
| | | | | | | |
|-----------------------|------------|--|------|------|------|-----|
| Каша гречневая вязкая | 130 | | 3,64 | 4,61 | 19,4 | 134 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0 | 0 | 7,99 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | | 0,75 | 0,15 | 6,75 | 33 |
| Итого: | 9,2 | | | | | |

Директор

Калькулятор

Тел: (800) 284 33-88

poelidovolen.ru



Меню

Дата
Четверг

| Наименование продуктов | Выход | Стои-ть | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--|--------|-----------|-------------|--------------|-------------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Сыр порциями | 15 | | 3,94 | 3,99 | | 53 |
| Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом | 150/5 | | 5,9 | 5,61 | 30,78 | 204 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0,06 | 0,01 | 8,13 | 34 |
| Печенье весовое | 3шт/45 | | 0,78 | 6,12 | 12,5 | 108 |
| Батон | 25 | | 1,87 | 0,72 | 12,85 | 66 |
| Итого | | 35 | 15,2 | 17,36 | 89,4 | 582 |

Комплексе 55 руб

| | | | | | | |
|----------------------|-------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Гуляш из птицы | 40/40 | | 11,73 | 12,3 | 2,67 | 168 |
| Рагу овощное | 140 | | 2,6 | 7,1 | 15,7 | 139 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0,8 | 0,1 | 18,5 | 79 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | | 1 | 0,2 | 9 | 79 |
| Итого | | 55 | 16,13 | 19,63 | 45,87 | 430 |

Горячее бесплатное питание младшие

| | | | | | | |
|--------------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Плоды свежие яблоки | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Плов с говядиной | 40/160 | | 12,22 | 15,61 | 46,03 | 373 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | | 7,99 | 32 |
| Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| Итого: | | 66,80 | 15,16 | 16,37 | 82,66 | 543 |

Обед

Холодные закуски

| | | | | | | |
|---|-------|--|------|------|-------|-----|
| Горячий бутерброд с сыром (с батоном) в/с | 30/15 | | 6,20 | 4,90 | 15,40 | 131 |
| Плоды свежие яблоки | 100 | | 0,48 | 0,48 | 11,80 | 56 |
| Салат -бар (капуста кваш., морковь свеж., масло раст) | 100 | | 1,50 | 5,10 | 4,60 | 72 |

Вторые блюда

| | | | | | | |
|-------------------------------------|--------|--|-------|-------|------|-----|
| Рыба запеченная с овощами | 90/30 | | 19 | 11,9 | 3,1 | 196 |
| Плов с говядиной | 40/160 | | 11,1 | 13,3 | 34,5 | 305 |
| Шашлык из куриных грудок на шампуре | 90 | | 26,70 | 24,50 | 1,00 | 332 |

Гарниры

| | | | | | | |
|--------------------------|-----|--|------|-----|------|-----|
| Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48 | 269 |
| Спагетти отварные м/раст | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,1 | 254 |

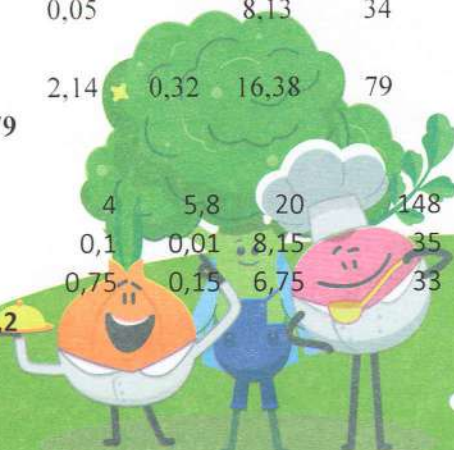
Напитки

| | | | | | | |
|-------------------------------------|-------|--|------|------|-------|----|
| Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | 0,05 | | 8,13 | 34 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с | 20/15 | | 2,14 | 0,32 | 16,38 | 79 |

Комплексе 9,20 руб.

| | | | | | | |
|----------------------|-------|------------|------|------|------|-----|
| Каша полбяная вязкая | 130 | | 4 | 5,8 | 20 | 148 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0,1 | 0,01 | 8,15 | 35 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | | 0,75 | 0,15 | 6,75 | 33 |
| Итого: | | 9,2 | | | | |

☎ 8(800)234-38-88
 🌐 Калькулятор
 🌐 npelidovolen.ru
 Зав. столовой



Меню

Дата
Пятница

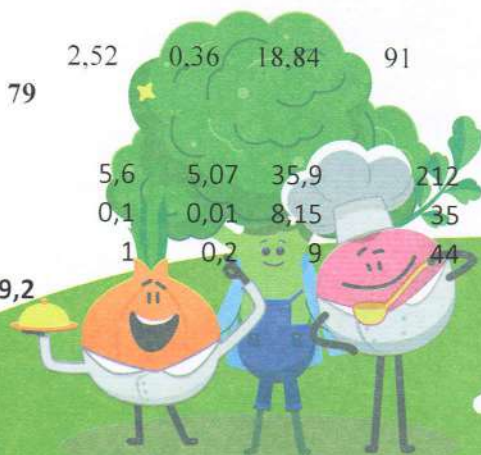
| Наименование продуктов | Выход | Стои-ть | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--|--------------|---------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Бутерброд горячий с сыром батон | 30/15 | | 6,19 | 4,86 | 15,42 | 131 |
| Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с мас | 150/5 | | 6,34 | 6,79 | 28,52 | 208 |
| Напиток из урюка | 200 | | 0,8 | 0,06 | 18,46 | 79 |
| Вафли весовые | 1шт/21 | | 0,82 | 6,43 | 13,12 | 114 |
| Итого | 35 | | 14,15 | 18,14 | 75,52 | 532 |
| Комплекс 55 руб | | | | | | |
| Цыплята запеченные | 90 | | 21,36 | 19,2 | 0,7 | 261 |
| Рис отварной | 100 | | 3,07 | 4,3 | 32 | 180 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | 0,001 | 7,9 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Итого | 55 | | 25,45 | 23,7 | 49,61 | 517 |
| Горячее бесплатное питание младшие | | | | | | |
| Салат из белокачанной капусты | 60 | | 0,93 | 3,05 | 5,64 | 54 |
| Биточки рыбные из фарша минтая | 90 | | 12,25 | 5,57 | 5,92 | 123 |
| Пюре картофельное | 150 | | 3,06 | 4,35 | 20,56 | 136 |
| Напиток из вишни | 200 | | 2,86 | 2,06 | 20,34 | 111 |
| Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный | 20/20 | | 1,25 | 1,08 | 9,42 | 46 |
| Итого: | 66,80 | | 19,73 | 15,92 | 70,88 | 513 |
| Обед | | | | | | |
| Холодные закуски | | | | | | |
| Плоды свежие яблоки | 100 | | 0,48 | 0,48 | 11,80 | 56 |
| Бутерброд с сыром, батон | 25/15 | | 6,20 | 4,90 | 15,40 | 131 |
| Вторые блюда | | | | | | |
| Рыба филе запеченная с сыром | 75/5 | | 17,6 | 10,9 | 3,6 | 183 |
| Сосиски отварные | 2шт/100 | | 17,1 | 17,2 | 1,2 | 226 |
| Курица по французски | 180 | | 10,40 | 20,10 | 0,80 | 226 |
| Гарниры | | | | | | |
| Макаронные изд.отварные масло/слив | 180 | | 6,8 | 5,4 | 43,1 | 248 |
| Пюре картофельное | 180 | | 3,94 | 5,6 | 26,44 | 175 |
| Напитки | | | | | | |
| Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком | 200/8/5/7 | | 0,55 | 0,05 | 13,40 | 58 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| Итого: | 79 | | 9,2 | 9,2 | 79 | 444 |
| Комплекс 9,20руб. | | | | | | |
| Каша пшеничная вязкая | 130 | | 5,6 | 5,07 | 35,9 | 212 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0,1 | 0,01 | 8,15 | 35 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 17 | | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Итого: | 9,2 | | 6,7 | 5,28 | 53,04 | 291 |

Директор

Ка (800) 709-33-88

Зав. столовой

poelidovolen.ru



Меню

Дата
Суббота

| Наименование продуктов | Выход | Стои-т | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---|-----------|--------|-------|-------|--------|------|
| Обед | | | | | | |
| Плоды свежие яблоки | 100 | | 0,48 | 0,48 | 11,80 | 56 |
| Пельмени Для умников и умниц отварные с маслом слив | 170/5 | | 19,00 | 16,30 | 33,50 | 357 |
| Сок в ассортименте разливной 1л | 200 | | 1,35 | 0,27 | 12,15 | 59 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | | 1,00 | 0,20 | 9,00 | 44 |
| Итого | 79 | | | | | |

Комплекс 9,20 руб.

| | | | | | | |
|---------------------------------|------------|--|------|------|-------|-----|
| Макароны отварные с маслом раст | 150 | | 3,27 | 4,33 | 20,56 | 134 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,00 | 0 | 7,99 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | | 0,75 | 0,15 | 6,75 | 33 |
| Итого: | 9,2 | | | | | |

Директор
Калькулятор
Зав. столовой



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»