

"Согласовано"

Директор общеобразовательного учреждения
образовательный № 100 -

Центр образования
Приволье
г. Казани

ИНН 1659026740

МБОУ "Школа №100-ЦО"

И.В. Сидорова

Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"

МЕНЮ

СВОБОДНОГО ВЫБОРА

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

с 29 сентября 2025 г. по 1 ноября 2025 г.



№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Популярность, %
1 НЕДЕЛЯ с 29 сентября 2025 г. по 4 октября 2025 г.; с 13 октября 2025 г. по 18 октября 2025 г.; с 27 октября 2025 г. по 1 ноября 2025 г.								
1 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47	35
рец № 3/2004г, № 3/2015г Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	25
№23/2015г, Дели	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100		1,114	6,184	4,622	81	10
№ 45 Сбор. 2015 г Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУС, ГЫ	100		1,552	5,085	9,408	91	20
	СРЕД:			2,315	4,132	9,813	88	
1-Первые блюда								
СБ. М. ДеПи плюс, 2015, рец. №82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		1,775	5,166	12,300	103	10
ТТК	СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16	10
	СРЕД:			1,018	3,333	6,330	60	
2-Вторые блюда								
ТТК от 2024г	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	100/10/10		23,051	11,478	3,932	212	10
Акт от 26.11.2019г Комбинат	ШАШЛЫК ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ	100		24,474	27,308	1,457	349	10
ТТК № 3092 от 04.02.2025 г	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ "ЛАКОМКА" В СОУСЕ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ	60/30		9,368	12,811	6,217	178	40
ТТК 2022 Апрель	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50		15,042	14,437	2,597	200	10
	СРЕД:			17,984	16,509	3,551	235	
2-Самостоятельные вторые блюда								
АКТ к/пр от 2022 г Октябрь	БУРИТОС С ОТВАРНОЙ КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	180		17,823	32,605	29,680	487	10
ТТК Август 2025 г	ПЕЛЬМЕНИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (ФИЛЕ ИНДЕЙКИ) ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		15,583	13,742	37,733	337	10
АКТ от 28.10.2019г Комбинат	ГРУДКА КУРИНАЯ ПО - ФРАНЦУЗСКИ	180		17,000	28,897	16,907	397	10
	СРЕД:			16,802	25,081	28,107	407	
3-Гарниры								
№302/2015г, Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291	35
№309/2015г, Дели	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,482	4,642	35,167	208	35
ТТК от 6.12.2020 г	ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80	10
	СРЕД:			5,994	4,816	31,434	193	
4-Напитки								
ТТК 2021 г	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	20
ТТК № 2693 от 14.09.2023 г	НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	9,460	42	80
	СРЕД:			0,423	0,035	8,797	38	
5-Хлеб								
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	СРЕД:			1,260	0,180	9,420	46	
Итого:			89,00	45,795	54,085	97,451	1 067	

1 НЕДЕЛЯ								
2 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47	20
ТТК	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15,420	131	25
№ 49 Сбор.2004г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100		0,990	10,140	8,786	132	25
№ 71/2015 г Дели	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100		1,100	0,200	3,800	24	20
		СРЕД:		2,171	3,900	9,452	84	
1-Первые блюда								
Сб., М-Дели плюс, 2015, рец. №102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох)	250		5,870	5,545	19,280	151	10
		СРЕД:		5,870	5,545	19,280	151	
2-Вторые блюда								
ТТК от 2024	РЫБА (ФИЛЕ) ПО - МОСКОВСКИ	70/20		17,024	14,728	1,790	209	15
АКТ от 10.07.2019 года	ГОЛЕНЬ ЗАПЕЧЁННАЯ	90		22,753	24,686	1,583	319	15
ТТК от 17.01.2022 г	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ	80		16,330	19,680	2,820	250	20
№243/2015г, Дели	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		12,200	10,264	3,000	153	10
		СРЕД:		17,077	17,340	2,298	233	
2-Самостоятельные вторые блюда								
ТТК Сентябрь 2023 г	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ (с морковью)	30/160		12,616	13,616	28,791	289	25
ТТК от 2025г	ОЛАДЫИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 2 шт/60/10 г (из п/ф 36 г)	70г		1,080	3,088	7,950	64	15
		СРЕД:		6,848	8,352	18,371	177	
3-Гарниры								
№304/2015г, Дели	РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269	15
ТТК 2016г	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	35
№129/2015г, Дели	КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	100		3,111	3,441	4,444	31	10
		СРЕД:		4,811	5,347	31,848	185	
4-Напитки								
ТТК	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32	20
ТТК от 2021г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200		0,080	0,080	11,940	49	80
		СРЕД:		0,040	0,040	9,962	41	
5-Хлеб								
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
		СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46	
Итого:			89,00	38,077	40,704	100,631	917	

1 НЕДЕЛЯ								
3 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47	35
рец. № 3/2004г, № 3/2015г Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	10
№ 45 Сбор. 2015 г Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100		1,552	5,085	9,408	91	35
ТТК	ЯЙЦО ПОД СОУСОМ "Переменка"	48/10		6,381	11,250	0,752	130	10
	СРЕД:			3,632	5,399	8,845	100	
1-Первые блюда								
Сб., М. Дели плюс, 2015, рец. №88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		1,818	5,195	8,940	91	10
ТТК	- СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16	10
	СРЕД:			2,078	6,695	9,300	107	
2-Вторые блюда								
ТТК от 2024г	РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ "Переменка"	100/10/10		23,051	11,478	3,932	212	10
ТТК Декабрь 2022 г	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ С СОУСОМ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ	70/20		10,679	15,019	9,019	210	35
ТТК октябрь 2022г	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	50/50		8,961	6,443	3,287	107	35
	СРЕД:			14,230	10,980	5,413	176	
2-Самостоятельные вторые блюда								
ТТК (Акт 19.09.2018 г)	БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/	180/20		11,340	8,396	66,900	390	20
	СРЕД:			11,340	8,396	66,900	390	
3-Гарниры								
ТТК 2014	КАША ПОЛБЯНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		6,460	7,326	34,949	231	20
№309/2015г, Дели	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,482	4,642	35,167	208	35
ТТК	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180		4,083	8,885	16,823	165	10
по акту от 21.09.2020	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		4,125	5,467	25,741	173	15
	СРЕД:			5,288	6,580	28,170	194	
4-Напитки								
ТТК 2021 г	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	20
ТТК 2021 г	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46	80
	СРЕД:			0,090	0,014	9,642	40	
5-Хлеб								
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	СРЕД:			1,260	0,180	9,420	46	
Итого:			89,00	37,918	38,244	137,690	1 054	

1 НЕДЕЛЯ								
4 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47	50
ТТК	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15,420	131	30
№23/2015г, Дели	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100		1,114	6,184	4,622	81	10
	СРЕД:			2,570	3,815	9,947	86	
1-Первые блюда								
№103 Сбор. 2015г Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (гр.А)	250		2,860	3,048	20,875	123	10
	СРЕД:			2,860	3,048	20,875	123	
2-Вторые блюда								
ТТК от 2024	РЫБА (ФИЛЕ) ПО - МОСКОВСКИ	70/20		17,024	14,728	1,790	209	20
ТТК № 1517 от 28.07.2021 г	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ НЕЖНЫЕ	90		13,857	15,988	6,947	225	35
ТТК № 2144 от 1.11.2022 г	КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЁННЫЕ	90		12,769	11,669	7,996	204	20
	СРЕД:			14,550	14,128	5,578	213	
2-Самостоятельные вторые блюда								
ТТК Сентябрь 2023 г	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	30/160		13,404	14,443	35,065	324	15
АКТ к/пр от 2022 Октябрь	БУРИТОС С ОТВАРНОЙ КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	180		17,823	32,605	29,680	487	10
	СРЕД:			15,714	24,724	37,823	442	
3-Гарниры								
АКТ 39 2016	РИС ОТВАРНОЙ	180		4,265	6,473	44,465	253	10
ТТК 2016г	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	45
№129/2015г, Дели	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	100		3,012	3,358	5,060	63	10
Акт от 31.10.2016	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЁННЫЙ	180		4,209	9,869	34,082	242	10
	СРЕД:			4,552	6,445	31,673	203	
4-Напитки								
ТТК	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32	20
ТТК № 2693 от 14.09.2023 г	НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	9,460	42	80
	СРЕД:			0,800	0,064	8,722	37	
5-Хлеб								
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	СРЕД:			1,260	0,180	9,420	46	
Итого:			89,00	42,306	52,404	124,038	1 150	

1 НЕДЕЛЯ								
5 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47	20
рец. № 3/2004г, № 3/2015г Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	25
№49 Сбор. 2004г./ТТК	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,182	5,086	11,266	97	20
№ 71/2015 г Дели	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100		1,100	0,200	3,800	24	25
	СРЕД:			2,219	2,637	10,072	75	
1-Первые блюда								
СБ., М. Дели плюс, 2015, рец. №96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		2,285	5,385	16,925	126	10
ТТК	СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16	10
	СРЕД:			1,273	3,443	8,643	71	
2-Вторые блюда								
ТТК от 2023 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/40		9,877	12,099	7,173	177	15
ТТК от 2024г	РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	100/10/10		23,051	11,478	3,932	212	25
ТТК 2021г	ФРИКАССЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	45/45		8,026	8,476	1,236	113	20
	СРЕД:			13,651	10,684	4,114	167	
2-Самостоятельные вторые блюда								
ТТК от 4.04.2022 г	ГРЕЧКА С ФАРШЕМ И ОВОЩАМИ	180		16,285	13,605	43,205	360	15
ТТК июль 2021 г	ЖАРКОЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНЫХ ГРУДОК	30/160		14,363	15,717	29,286	316	15
ТТК от 2025г	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 2 шт/60/10 г (из п/ф 36 г)	70г		1,080	3,088	7,950	64	10
	СРЕД:			9,775	9,663	26,812	233	
3-Гарниры								
№510, таб. №4 сбор. 2004г	КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ	180		4,314	5,537	23,306	160	10
№309/2015г, Дели	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,482	4,642	35,167	208	15
№304/2015г, Дели	РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269	20
ТТК от 8.12.2020 г	ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80	15
	СРЕД:			4,798	5,366	30,823	191	
4-Напитки								
ТТК 2021 г	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	20
ТТК от 2021г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200		0,080	0,080	11,940	49	80
	СРЕД:			0,063	0,043	10,037	42	
5-Хлеб								
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	СРЕД:			1,260	0,180	9,420	46	
Итого:			89,00	33,105	34,764	106,774	876	

1 НЕДЕЛЯ								
6 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338 Дели 2015 г	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47	40
ТТК	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15,420	131	40
№23/2015г, Дели	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100		1,114	6,184	4,622	81	10
	СРЕД:			2,570	3,815	9,947	86	
1-Первые блюда								
№ 101 Сб.рецептур 2015г, Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис)	250		2,120	2,878	17,435	104	10
	СРЕД:			2,120	2,878	17,435	104	
2-Вторые блюда								
№243/2015г, Дели	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		12,200	10,264	3,000	153	40
	СРЕД:			12,200	10,264	3,000	153	
2-Самостоятельные вторые блюда								
ТТК Август 2025 г	ПЕЛЬМЕНИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (ФИЛЕ ИНДЕЙКИ) ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		15,583	13,742	37,733	337	40
ТТК (Акт 19.09.2018 г)	БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/	180/20		11,340	8,396	66,900	390	20
	СРЕД:			16,712	15,569	52,317	417	
3-Гарниры								
№129/2015г, Дели	КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	100		3,111	3,441	4,444	31	10
ТТК 2016г	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	30
	СРЕД:			4,917	4,760	23,764	143	
4-Напитки								
ТТК	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32	20
ТТК 2021 г	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46	80
	СРЕД:			0,068	0,012	9,567	39	
5-Хлеб								
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	СРЕД:			1,260	0,180	9,420	46	
Итого:			89,00	39,847	37,478	125,450	988	

Начальник производственного отдела

Зав. производством

Калькулятор