



"Согласовано"  
Директор

общееобразовательного учреждения

№ 129

*Д.Г. Габдрахманова*

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора  
по организации питания  
АО "Департамент продовольствия и  
социального питания г. Казани"

*А.К. Агапова*  
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 декабря, с 19 по 24 декабря 2022 г

#### 1 неделя (ДЕКАБРЬ)

| № Сб.реп                           | Наименование продуктов                        | Выход      | Стои-ть      | Белки        | Жиры         | Угл-ды       | Ккал       |
|------------------------------------|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>                 |   |            |              |              |              |              |            |
| Горячее бесплатное питание младшие |   |            |              |              |              |              |            |
| № 47/2015 г                        | Салат из квашенной капусты (без лука)         | 60         |              | 0,98         | 3,05         | 4,63         | 51         |
| ТТК 2022 г                         | Ёжики мясные с рисом в соусе томатном         | 60/40      |              | 9,56         | 8,42         | 10,23        | 155        |
| ТТК 2011 г                         | Макаронные изделия отварные                   | 150        |              | 5,60         | 5,06         | 35,91        | 212        |
| 389/2015                           | Сок в ассортименте разливной 1л               | 200        |              | 0,7          | 0,2          | 8,2          | 38         |
|                                    | Печенье весовое                               | 2 шт/30    |              | 1,07         | 1,14         | 8,23         | 48         |
|                                    | Хлеб ржано - пшеничный                        | 25         |              | 1,25         | 0,25         | 11,25        | 55         |
|                                    | <b>Итого:</b>                                 | <b>565</b> | <b>62,10</b> | <b>19,16</b> | <b>18,12</b> | <b>78,45</b> | <b>559</b> |
| <b>ВТОРНИК</b>                     |   |            |              |              |              |              |            |
| Горячее бесплатное питание младшие |   |            |              |              |              |              |            |
| № 338/2015г                        | Фрукты свежие (яблоки)                        | 100        |              | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47         |
| Акт 2018 г                         | Блинчики со сгущенным молоком                 | 45/10      |              | 3,19         | 2,52         | 19,5         | 114        |
| ТТК 2021 г                         | Жаркое из птицы                               | 40/140     |              | 11,77        | 12,05        | 22,53        | 250        |
| 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>570</b> | <b>62,10</b> | <b>17,63</b> | <b>15,31</b> | <b>79,36</b> | <b>536</b> |
| <b>СРЕДА</b>                       |   |            |              |              |              |              |            |
| Горячее бесплатное питание младшие |   |            |              |              |              |              |            |
| ТТК                                | Салат из моркови                              | 60         |              | 0,63         | 6,04         | 9,34         | 95         |
| ТТК 2021 г                         | Плов с говядиной                              | 40/150     |              | 11,62        | 13,59        | 40,09        | 341        |
| ТТК 2021 г                         | Чай с сахаром, лимоном                        | 200/8/5    |              | 0,06         | 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>503</b> | <b>62,10</b> | <b>14,83</b> | <b>20,00</b> | <b>76,40</b> | <b>561</b> |
| <b>ЧЕТВЕРГ</b>                     |   |            |              |              |              |              |            |
| 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 птицы                                | 50/50      |              | 8,00         | 8,60         | 1,80         | 117        |
| ТТК 2014 г                         | Каша гречневая рассыпчатая                    | 150        |              | 6,62         | 5,39         | 41,87        | 242        |
| ТТК 2021 г                         | Напиток из шиповника                          | 200        |              | 0,10         |              | 10,18        | 41         |
|                                    | Хлеб ржано - пшеничный                        | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|                                    | Хлеб пшеничный                                | 15         |              | 1,14         | 0,12         | 7,38         | 35         |
|                                    | <b>Итого:</b>                                 | <b>645</b> | <b>62,10</b> | <b>18,11</b> | <b>18,36</b> | <b>85,05</b> | <b>582</b> |
| <b>ПЯТНИЦА</b>                     |   |            |              |              |              |              |            |
| 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, огулец соленный (доп. гарнир) | 65/25      |              | 9,5          | 8,3          | 4,8          | 132        |
| ТТК 2020 г                         | Пюре картофельное                             | 150        |              | 3,28         | 4,66         | 22,03        | 146        |
| ТТК 2021 г                         | Компот из замороженной вишни                  | 200        |              | 0,12         | 0,03         | 11,57        | 48         |
|                                    | Хлеб ржано - пшеничный                        | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|                                    | Хлеб пшеничный                                | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|                                    | <b>Итого:</b>                                 | <b>535</b> | <b>62,10</b> | <b>18,61</b> | <b>15,87</b> | <b>76,74</b> | <b>531</b> |
| <b>СУББОТА</b>                     |   |            |              |              |              |              |            |
| 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                        | 20         |              | 1            | 0,2          | 9            | 44         |
|                                    | Хлеб пшеничный                                | 20         |              | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 47         |
|                                    | <b>Итого:</b>                                 | <b>533</b> | <b>62,10</b> | <b>18,93</b> | <b>19,13</b> | <b>73,68</b> | <b>547</b> |

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