

"Согласовано"

Директор Образовательного  
учреждения

"Утверждаю"

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

А.К.Агапова

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 28 августа по 2 сентября, с 11 по 16 сентября, с 25 по 30 сентября 2023 г

1 - я неделя СЕНТЯБРЬ

№Об.прш 1 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,1	97
помидоры свежие	40					
огурцы свежие	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.		1,63	6,13	11,80	110
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	13,7	1,8	212
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	сред.		14,17	12,60	4,40	187
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,8	357
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
ТТК2019 Рыбный киш	180		25,9	32,06	36,583	540
	сред.		19,39	26,80	35,77	464
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	120		4,68	4,32	10,56	96
	сред.		5,23	5,10	26,69	172
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК2022 Компот из свежих яблок	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
<b>Итого с</b>						
смаст.бл	79,00	23,58	33,33	76,36	706	
юдом-						
Итого-	79,00	23,58	24,22	71,68	601	

№СБ. рел **2 день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2	6,2	8,5	99
огурцы свежие	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
	<b>сред.</b>		<b>2,89</b>	<b>3,86</b>	<b>11,90</b>	<b>95</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
ТТК2022 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,5	13,0	0,4	197
	<b>сред.</b>		<b>15,34</b>	<b>14,58</b>	<b>3,42</b>	<b>206</b>
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/20		20,2	21,7	36,1	422
ТТК2021 Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
	<b>сред.</b>		<b>18,15</b>	<b>18,85</b>	<b>28,80</b>	<b>359</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ТТК2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 Капуста тушеная	180		4,32	7,4	18,24	160
	<b>сред.</b>		<b>5,21</b>	<b>6,68</b>	<b>36,45</b>	<b>228</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,10</b>	<b>0,01</b>	<b>9,64</b>	<b>40,00</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
	<b>Итого с самост. бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,28</b>	<b>23,04</b>	<b>66,72</b>	<b>573</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>25,68</b>	<b>25,45</b>	<b>77,78</b>	<b>648</b>

**3-ий день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		1,9	6,2	7	93
помидоры свежие	40					
капуста свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	<b>сред.</b>		<b>1,59</b>	<b>6,13</b>	<b>11,43</b>	<b>109</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2022 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	75		17,4	5,0	3,3214	128
243/2015 Сосиски отварные с соусом Переменка	2шт/100/20		10,5	31,1	1,6	329
	<b>сред.</b>		<b>14,60</b>	<b>16,28</b>	<b>4,26</b>	<b>222</b>
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5		13	20,0	24,9	331
	<b>сред.</b>		<b>20,50</b>	<b>14,70</b>	<b>33,70</b>	<b>351</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	<b>сред.</b>		<b>4,70</b>	<b>6,04</b>	<b>28,13</b>	<b>186</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
648/2004 Кисель из концентрата	200				13,1	53
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,55</b>	<b>43</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,23</b>	<b>21,15</b>	<b>72,06</b>	<b>582</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,04</b>	<b>28,77</b>	<b>70,75</b>	<b>638</b>

№Сб. рег **4 день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,8	56	
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100	2	6,2	8,52	99	
морковь свежая	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131	
	<b>сред.</b>	<b>2,89</b>	<b>3,86</b>	<b>11,91</b>	<b>95</b>	
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102	
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,56	6,9	17,26	142	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	80/25	14,2	6,0	2,6	121	
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8	216	
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	60/40	17,3	17,3	2,60	236	
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332	
	<b>сред.</b>	<b>18,00</b>	<b>15,63</b>	<b>3,55</b>	<b>226</b>	
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200	18,1	15,1	48	400	
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	27,956	496	
	<b>сред.</b>	<b>19,25</b>	<b>24,22</b>	<b>37,98</b>	<b>448</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ТТК2016 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,72	6,1	43,1	254	
ТТК2021 Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44	175	
	<b>сред.</b>	<b>5,09</b>	<b>6,06</b>	<b>39,18</b>	<b>233</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41	
	<b>сред.</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>9,10</b>	<b>37</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	16,38	80	
	<b>Итого с</b>	<b>79,00</b>	<b>24,29</b>	<b>28,40</b>	<b>75,36</b>	<b>660</b>
	<b>самост.бл</b>					
	<b>юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>28,13</b>	<b>25,87</b>	<b>80,12</b>	<b>671</b>
	<b>Итого-</b>					

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
612/2004 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		1,3	6,1	6,5	87
свекла отварная	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>1,39</b>	<b>6,09</b>	<b>11,27</b>	<b>107</b>
<b>1- ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10		2,04	6,7	12,66	119
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	80/5		19,9	4,3	2,4	128
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
ТТК 2023 Котлеты Домашние (мясо-картофельные)	90		12,3	11,1	8,3	179
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	<b>сред.</b>		<b>16,13</b>	<b>12,57</b>	<b>3,69</b>	<b>191</b>
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
	<b>сред.</b>		<b>28,00</b>	<b>9,40</b>	<b>42,50</b>	<b>371</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	<b>сред.</b>		<b>5,11</b>	<b>6,14</b>	<b>29,25</b>	<b>194</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК2022 Компот из свежих яблок	200		0,08	0,1	11,9	49
	<b>сред.</b>		<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>9,95</b>	<b>41</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>31,57</b>	<b>15,85</b>	<b>80,10</b>	<b>598</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,81</b>	<b>25,16</b>	<b>70,53</b>	<b>611</b>

ЛАНЧ СЕНТЯБРЬ 1 неделя

№Сб. реп **6 день**

**СУББОТА**

**ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)**

338/2015	Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
тк2014	Спагетти отварные (с м/сливоч.)	180	6,77	5,4	43,14	248
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>20,50</b>	<b>26,51</b>	<b>81,39</b>	<b>655</b>

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор



Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор

