

"Согласовано"
Директор Общеобразовательного учреждения

Меню

"Утверждаю"

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

А.К.Агапова

Акционерное общество
"ДЕПАРТАМЕНТ ПРОДОВОЛЬСТВИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ г.КАЗАНИ"
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
с 2 по 7 сентября, с 16 по 21 сентября 2024 г

1 - я неделя (СЕНТЯБРЬ)

1 - ый день

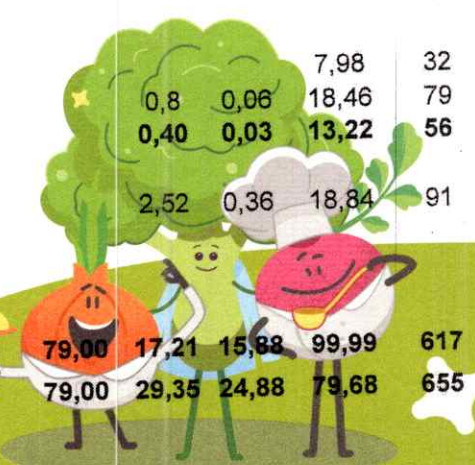
№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
338/201	Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,19	4,86	15,42	131
ТТК 2023	Салат - бар огурцы свежие помидоры свежие масло растительное	100		0,85	5,14	2,71	62
		сред.		2,51	3,49	9,96	83
1 - ые БЛЮДА							
97/2015	Суп картофельный	250		3,5	5,40	19,8	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2023	Котлеты Аппетитные мясо - куриные	90		10,01	12,70	10,98	198
ТТК 2019	Рыба (филе) запечённая	75		17,29	9,89	3,28	171
ТТК 2021	Птица запечённая	100		26,69	24,46	0,97	332
		сред.		18,00	15,68	5,08	234
ТТК2018	Блинчики со сгущённым молоком	4 шт/180/20		11,34	8,39	66,90	390
ТТК 2021	Плов с говядиной	40/160		12,2	15,6	49,03	384
		сред.		11,78	12,00	57,97	387
ГАРНИРЫ							
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,94	6,5	50,25	291
309/2015	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,08	254
ТТК 2020	Капуста брокколи отварная	100		3,11	3,4	4,4	31
		сред.		5,92	5,32	32,58	192
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				7,98	32
ТТК 2021	Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,46	79
		сред.		0,40	0,03	13,22	56
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

Итого в сам.блюдо
Итого:



Меню

2 - ой день

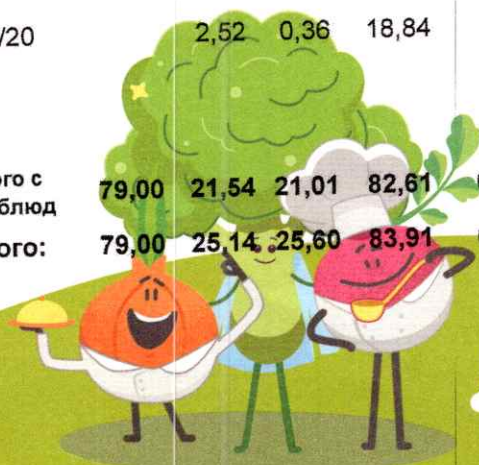
№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2011	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2022	Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с)	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023	Салат - бар	100		1,47	5,1	8,5	87
	капуста свежая						
	морковь свежая						
	масло растительное						
		сред.		2,72	3,49	11,89	91
1 - ые БЛЮДА							
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		9,01	10,12	41,14	292
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2019	Чахохбили из птицы	50/50		10,76	14,17	6,93	199
ТТК 2021	Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,47	10,62	2,67	176
ТТК 2020	Медальоны из птицы запеченные с сыром	80/5		16,40	19,6	0,92	246
		сред.		14,88	14,80	3,51	207
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5		20,4	16,35	44,19	406
ТТК 2023	Жаркое по - домашнему	40/160		12,1	17,93	39,88	370
		сред.		16,23	17,14	42,04	388
ГАРНИРЫ							
304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,08	254
139/2015	Капуста тушеная	180		4,24	7,4	18,03	159
139/2015	Картофель запеченный (из сырого)	150		3,51	8,2	28,4	202
		сред.		4,94	6,93	39,83	242
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,04		8,13	34
ТТК 2023	Напиток из вишни	200		0,12	0,03	11,57	48
		сред.		0,08	0,02	9,85	41
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

Итого с
сам.блюд 79,00 21,54 21,01 82,61 611
Итого: 79,00 25,14 25,60 83,91 672



Меню

3 - ий день

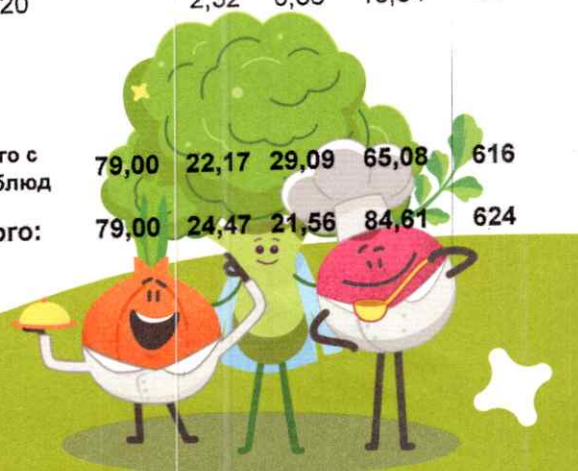
№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимост	белки	жиры	углев.	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,19	4,86	15,42	131
ТТК 2023	Салат - бар	100		1,12	5,2	2,22	62
	капуста пекинская						
	помидоры свежие						
	масло растительное						
	сред.			2,60	3,51	9,80	83
1 - ые БЛЮДА							
96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		5,04	7,60	17,3	158
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2021	Чикен	90		9,1	10,11	19,09	202
ТТК 2020	Рыба (филе) запеченая с сыром	75/5		18,60	11,20	2,64	186
243/2015	Сосиски отварные	2 шт/100		11,4	15,71	8,8	219
	сред.			13,03	12,34	10,18	202
ТТК 2021	Птицы (филе) запечённая по - Французски	200		18,89	32,11	18,78	441
ТТК 2021	Запеканка картофельная с мясом	200		14,42	18,3	27,65	331
	сред.			16,66	25,19	23,22	386
ГАРНИРЫ							
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,94	6,5	50,25	291
309/2015	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,06	254
ТТК 2020	Капуста брокколи отварная	100		3,11	3,4	4,4	31
	сред.			5,92	5,32	32,57	192
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				7,98	32
ТТК 2021	Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,46	79
	сред.			0,40	0,03	13,22	56
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Итого с сам.блюд 79,00 22,17 29,09 65,08 616
Итого: 79,00 24,47 21,56 84,61 624

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

4 - ый день

№Сб.ре	Наименование блюдо	Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
е 338/2011	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2023	Салат - бар	100		1,27	5,1	3,34	77
	огурцы свежие						
	капуста свежая						
	масло растительное						
ТТК 2022	Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
	сред.			2,65	3,49	10,17	88
1 - ые БЛЮДА							
82/2015	Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10		9,5	11,16	27,7	249
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2019	Рыба (филе) запечённая	75		17,29	9,89	3,28	171
ТТК 2023	Котлеты Appetitные мясо - куриные	90		10,01	12,70	10,98	198
ТТК 2019	Шашлык из птицы (на шампуре) с соусом "Переменка"	100		19	19,1	1,28	251
	сред.			15,43	13,90	5,18	207
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5		20,4	16,35	44,19	406
ТТК 2021	Плов с говядиной	40/160		12,2	15,6	49,03	384
	сред.			16,31	15,98	46,61	395
ГАРНИРЫ							
304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,08	254
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,55	3,3	8,88	80
139/2015	Картофель запечённый (из сырого)	150		3,51	8,2	28,4	202
	сред.			4,60	6,03	32,09	201
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,04		8,13	34
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,01		10,18	41
	сред.			0,03	0,00	9,16	38
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

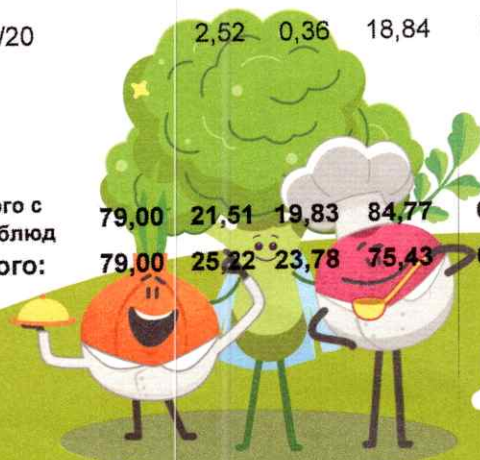
Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Итого с сам.блюд 79,00 21,51 19,83 84,77 612
Итого: 79,00 25,22 23,78 75,43 624



Меню

5 - ый день

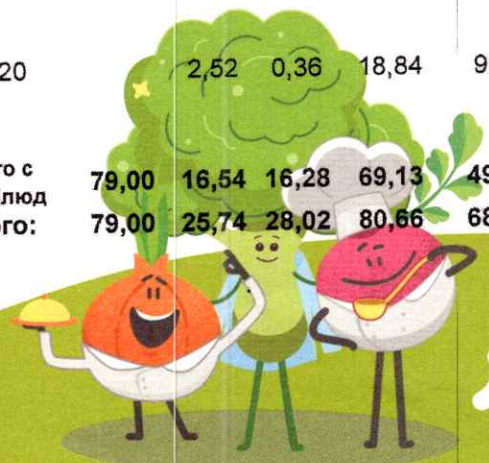
№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
№338/2015	Флоды свежые (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,19	4,86	15,42	131
ТТК 2023	Салат - бар	100		1,47	5,1	8,5	87
	капуста свежая						
	морковь свежая						
	масло растительное						
		сред.		2,71	3,48	11,89	91
1 - ые БЛЮДА							
103/2015	Суп картофельный с горохом, гренками	250/10		8,36	8,3	39,27	265
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2022	Биточки рыбные из минтая	90		12,1	15,3	15,92	238
ТТК	Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,3	3,23	209
ТТК 2023	Бифштекс рубленный по - домашнему	90		10,7	12,03	15,36	210
ТТК 2019	Голень запечённая	90		22,8	32,60	2,15	393
		сред.		15,04	18,80	9,17	263
ТТК2018	Блинчики со сгущённым молоком	4 шт/180/20		11,34	8,39	66,90	390
ТТК2023	Жаркое по - домашнему	40/160		11,2	12,43	28,83	273
		сред.		11,29	10,41	47,87	332
ГАРНИРЫ							
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,94	6,5	50,25	291
309/2015	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,06	254
129/2015	Капуста цветная отварная	100		3,01	3,36	5,06	63
312/2015	Пюре картофельное	180		3,94	5,58	26,43	175
		сред.		5,40	5,38	31,20	196
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				7,98	32
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
		сред.		0,07	0,01	9,57	39
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Итого с сам.блюд 79,00 16,54 16,28 69,13 494
Итого: 79,00 25,74 28,02 80,66 680

Директор
Калькулятор
Зав. производством *Цырю*

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

6 - ой день

№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2011	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2023	Салат - бар	100		0,85	5,1	2,71	62
	огурцы свежие						
	помидоры свежие						
	масло растительное						
		сред.		0,67	2,81	7,24	59
1 - БИЕ БЛЮДА							
101/2015	Суп картофельный с рисом	250		3,12	10,3	33,6	240
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5		20,4	16,35	44,19	406
		сред.		20,40	16,35	44,19	406
ТТК 2019	Птица запеченная (цыплята)	100		26,6	24,4	0,97	332
		сред.		26,60	24,40	0,97	332
ГАРНИРЫ							
304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48,01	269
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,06	254
		сред.		5,66	6,29	45,54	262
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,04		8,13	34
ТТК 2021	Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,46	79
		сред.		0,42	0,03	13,30	57
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
		Итого с сам.блюд	79,00	24,01	19,55	83,56	613
		Итого:	79,00	35,87	33,89	85,88	800

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

