

"Согласовано"
Директор Общеобразовательного учреждения

Меню

"Утверждаю"

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

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 11 по 16 марта, с 25 по 30 марта 2024 г

2 - я неделя МАРТ

№СБ.рей 1 день

Наименование блюд

выход стоимост белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15	6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	50	2,1	5,7	4,76	79

капуста цветная отварная

40

соль

0,1

фасоль красная консервиров.

25

масло растительное

5

сред.

2,90

3,67

9,65

84

1-ЫЕ БЛЮДА

97/2015 Суп картофельный	250	2,52	3,0	19,8	117
--------------------------	-----	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	75/20	19,1	14,1	1,9	212
ТТК 2021 Голень куриная в сливочном маринаде	90	22,7	30,4	1,80	371
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
	сред.	15,44	18,76	3,43	245

ТТК2016 Лазанья с мясом	200	21,7	28,0	36,8	493
-------------------------	-----	------	------	------	-----

сред.

21,70

28,00

36,80

493

ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
202/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180	6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,6	3,3	8,9	80
	сред.	4,87	4,76	26,14	167

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2023 Напиток из урюка	200	0,8	0,1	18,5	79

сред.

0,40

0,03

13,25

56

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

15/15

1,89

0,25

14,13

68

Итого с

самост.бл

79,00

26,89

31,95

73,83

701

Итого-

79,00

25,50

27,46

66,60

619

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42	
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с)	30/15		6,2	4,90	15,4	131	
ТТК 2023 Салат-бар	80		2,7	6,6	6,9	98	
свекла отварная	45						
кукуруза консервирован.	25						
сыр	5						
масло растительное	5						
	сред.		3,30	2,65	12,10	87	
1-ЫЕ БЛЮДА							
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	80/8/8		19,8	14,2	3,2	221	
260/2015 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208	
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172	
	сред.		14,99	13,33	5,13	200	
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448	
ТТК 2023 Жаркое из птицы	40/160		11,4	11,3	29,1	263	
	сред.		22,70	17,80	49,10	448	
ГАРНИРЫ							
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269	
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248	
139/2015 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160	
	сред.		5,24	6,45	36,45	226	
НАПИТКИ							
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32	
ТТК 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46	
	сред.		0,07	0,01	9,58	39	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68	
		Итого с					
		самост. бл	79,00	27,96	20,71	84,91	642
		Итогом-	79,00	25,49	22,69	77,39	619



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Меню

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	60		6,8	10,8	1,3	130
яйцо варёное вкрутую	1/40					
зелёный горошек консервиров.	15					
масло растительное	5					
	сред.		4,47	5,37	8,50	101,0
1-ые БЛЮДА						
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2013 Гуляш из филе индейки	45/45		9,00	11,30	1,9	146
ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами	75/25		15,9	11,4	2,6	176
ТТК 2021 Шашлык куриный (на шампуре)	80		13,7	14,0	1,00	184
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		12,56	14,30	2,86	190
	сред.		0,00	0,00	0,00	0,00
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
309/2015 Макароны изделия отварные (м/растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,53	5,63	26,71	175,7
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
648/2004 Напиток яблочный	200				13,1	53
	сред.		0,03	0,00	10,62	44
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	.15/15		1,89	0,25	14,13	68

Итого с самост.бл юдом-	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого-	79,00	19,00	20,18	54,31
				477

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

Меню

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	55		2,2	5,8	4,75	74
капуста брокколи отварная	25					
фасоль красная консервиров.	25					
соль	0,12					
масло растительное	5					
	сред.		2,93	3,70	9,65	82
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2020 Рыба запеченая	100		23,00	13,20	4,4	228
ТТК 2021 Гуляш из птицы	45/45		13,2	13,8	3,00	189
	сред.		16,17	12,70	5,23	199
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2020 Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448
	сред.		16,90	15,55	41,80	377
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
216/2004 Картофель тушёный	180		3,9	12,7	29,4	249
	сред.		5,10	8,20	40,17	255
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	сред.		0,40	0,03	13,25	56
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	.15/15		1,89	0,25	14,13	68

Итого с самост.бл юдом-	79,00	22,12	19,53	78,83	582
Итого-	79,00	26,49	24,88	82,43	660

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Меню

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42	
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131	
ТТК 2023 Салат-бар	75		2,7	6,6	6,9	98	
свекла отварная	45						
кукуруза консервирован.	25						
масло растительное	5						
	сред.	3,10	3,97	10,37	90		
1-ые БЛЮДА							
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111	
	сред.	2,04	6,70	12,66	111		
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	80/10		21,1	13,9	2,8	215	
ТТК 2022 Биточки рыбные из фарша минтая	90		16,2	5,9	5,9	135	
260/2015 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208	
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226	
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332	
	сред.	17,62	16,06	2,62	223		
ГАРНИРЫ							
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173	
309/2015 Макароны изделия отварные (м/растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248	
312/2015 Пюре картофельное	180		4	5,6	26,4	175	
	сред.	5,00	5,52	31,97	199		
НАПИТКИ							
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32	
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41	
	сред.	0,01	0,00	9,10	37		
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68	
	Итого с самост.бл юдом-	Итого-	79,00	26,56	28,53	70,48	637

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

Заготовочные МАРТ 2 неделя

№Сб. пер 6 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2023 Салат-бар	100		0,8	5,1	1,6	57
огурцы солёные	95					
масло растительное	5					
	сред.	0,60	2,75	5,20	50	
1-ЫЕ БЛЮДА						
101/2015 Суп картофельный с рисом	250		2,12	2,9	17,4	105
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
ТТК 2016 Курица по-французски	180		17	28,9	16,9	397
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.	19,20	23,40	27,32	398	
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
	сред.	5,70	5,95	45,55	259	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	сред.	0,06	0,02	9,80	40	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с	79,00	22,00	26,49	58,70	566
	самост. бл					
	юдом-	79,00	18,90	29,14	77,73	653
	Итого-					

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

