

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

Варшва Т.М.

Меню

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора по организации питания

АО "Департамент продовольствия и социального питания г.Казани"

А.А.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 6 по 11 мая, с 20 по 25 мая 2024 г

1 - я неделя МАЙ

№Сб.рей 1 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
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023	Салат-бар	100		1,45	5,1	3,72	55
	огурцы свежие	30					
	капуста белокочанная свежая	60					
	зелёный горошек консервиров.	5					
	масло растительное	5					
	сред.			2,68	3,47	9,31	76

1-ЫЕ БЛЮДА

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

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023	Котлеты Appetitные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2019	Рыба (филе) по-Московски	70/20		2,2	13,9	1,8	142
ТТК 2021	Птица в томатном соусе (грудки)	50/50		9,9	10,6	0,6	150
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.			9,08	14,83	2,80	184

ТТК 2021	Плов с говядиной	40/160		12,2	15,6	46	377
----------	------------------	--------	--	------	------	----	-----

сред. 12,20 15,60 46,00 377

ГАРНИРЫ

303/2015	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015	Макаронные изделия отварные (м/растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020	Капуста брокколи отварная	100		3,11	3,4	4,4	31
	сред.			4,70	4,79	24,64	151

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	39,0

	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
--	---	-------	--	------	------	-------	----

	Итого с самост.блю	79,00	16,84	19,33	79,01	560
	дом-					
	Итого-	79,00	18,42	23,34	60,45	517

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Меню

№Сб. реп **2 день**

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
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	60		0,75	5,1	1,7	55
помидоры свежие	40					
кукуруза консервиров.	15					
масло растительное	5					
	сред.	2,45	3,47	8,63	76	

1-ые БЛЮДА

88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
--	--------	--	---	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2019 Гуляш из филе индейки	50/50		10,00	12,50	2,13	163
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	60/5/5		14,9	8,8	0,2	139
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
	сред.	11,49	10,58	3,85	157	
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,77	49,1	448
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160		11,2	12,4	28,8	273
	сред.	16,96	15,09	38,95	361	

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, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	сред.	0,09	0,02	9,87	41,00	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Итого с самост.блю дом-	79,00	22,01	18,93	76,29	569
Итого-	79,00	21,79	20,87	77,64	590

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

Наименование блюда	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	1шт/15/5		6,8	10,8	1,3	130
яйцо варёное вкрутую	1шт.					
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 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,7	10,52	7,8	169
ТТК 2021 Гуляш из птицы (грудки)	45/45		13,2	13,8	3,00	189
ТТК 2020 Рыба запеченая (филе)	70		16,20	4,70	3,1	119
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.	12,88	12,28	3,68		176
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом	180		13	16,4	24,88	298
	сред.	13,02	16,41	24,88		298
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
ТТК 2020 Капуста брокколи отварная	100		3,11	3,4	4,4	31
	сред.	4,70	4,79	24,64		151
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
648/2004 Напиток яблочный	200				13,1	53
	сред.	0,00	0,00	10,55		43
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68

Итого с					
самост.блю	79,00	19,38	22,03	58,06	509
дом-					
Итого-	79,00	23,94	22,69	61,49	538

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Меню

№Сб. пер 4 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	1,35	5,1	3,725		67
помидоры свежие	20					
огурцы свежие	20					
капуста белокочанная	55					
масло растительное	5					
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15	6,2	4,90	15,4		131
	сред.	2,65	3,47	9,31		80
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10	7	6,3	26,4		191
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами (филе)	70/25	12,5	5,4	2,6		109
ТТК 2023 Котлеты Appetitные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8		216
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90	24	22,0	0,87		298
	сред.	16,77	14,03	3,82		208
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5	22,7	17,77	49,1		448
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160	12,2	15,6	46		377
	сред.	17,46	16,69	47,55		413
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
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150	3,51	8,25	28,42		202
	сред.	4,97	6,72	39,84		240
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.блю дом-	79,00	22,00	20,40	80,09	597
Итого-	79,00	26,28	24,47	76,20	632



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

№Сб. пер 5 день

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
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5		17,5	6,1	2,2	133
ТТК 2021 Шашлык куриный (на шампуре)	80		13,7	14,0	1,00	184
ТТК 2023 Бифштекс рубленый по-домашнему	90		13,5	12	8,4	192
ТТК 2020 Ёжики рыбные с рисом и овощами	60/30		9,94	8,0	8,65	147
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
	сред.	13,12	12,68	3,94	182	
	сред.	0,00	0,00	0,00	0	
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
312/2015 Пюре картофельное	150		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 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.блю	0,00	0,00	0,00	0,00
дом-				
Итого-	79,00	23,51	22,45	73,66
				594



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Заготовочные МАЙ 1 неделя

Меню

№Сб. реп 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	60		0,75	5,1	1,7	55
огурцы свежие	40					
зелёный горошек консервиров.	15					
масло растительное	5					
	сред.		0,58	2,75	5,25	49
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.	200/5		22,7	17,77	49,1	448
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
	сред.		26,70	24,50	1,00	332
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,8	5,4	43,1	248
	сред.		5,70	5,95	45,55	259
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с					
	самост.блю	79,00	25,46	20,84	79,90	613
	дом-					
	Итого-	79,00	35,15	33,52	77,35	756

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»