

"Согласовано"  
 Директор  
 общеобразовательного учреждения

# Меню

"Утверждаю"  
 Заместитель генерального директора  
 по организации питания  
 АО "Департамент продовольствия и  
 социального питания г.Казани"  
 А.К.Агапова



**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**  
 для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №...  
 (с 17 по 22 мая 2021 г)

2 - я неделя МАЙ  
 1 день

№СБ. рец.	Наименование блюд	выход	стоимо	белки	жиры	углев	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,74	61
№43/2015	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/10/10		5,4	10,9	17,70	193
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	90		0,63	0,09	1,7	10
	<b>сред.</b>			<b>2,18</b>	<b>3,84</b>	<b>10,71</b>	<b>88</b>
82/2015	Борщ с капустой и картофелем с мясными фрикадельками со сметаной	250/11/20		4,04	9,70	13,24	155
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
ТТК 2021	Котлеты "Аппетитные" мясо куриные (п/ф),огурец свежий (доп.гарнир)	90/35		16,70	16,07	7,23	238
ТТК 2019	Треска (филе) по-московски	50/30		12,09	13,09	2,90	179
266/2015	Мясо (говядина) тушёное	45/50		14,34	16,48	2,55	215
ТТК 2020	Голень куриная в сливочном маринаде,огурец свежий(доп.гарнир)	90/30		23,88	25,97	2,94	343
	<b>сред.</b>			<b>16,75</b>	<b>17,90</b>	<b>3,91</b>	<b>244</b>
ТТК 2018	Буритос с курицей и сыром запеченный в лаваше	190		22,78	37,30	31,3	555
	<b>сред.</b>			<b>22,78</b>	<b>37,30</b>	<b>31,30</b>	<b>555</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>							
216/2004	Картофель тушеный	120		2,6	8,50	19,58	166
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	170		7,5	6,30	47,45	275
	<b>сред.</b>			<b>5,05</b>	<b>7,40</b>	<b>33,52</b>	<b>221</b>
<b>НАПИТКИ</b>							
685/2004	Чай пакетированный с сахаром	200/15				15	60
348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1	0,08	30,5	128
699/2004	Напиток лимонный	200		0,14	0,016	24,4	101
	<b>сред.</b>			<b>0,38</b>	<b>0,03</b>	<b>23,30</b>	<b>96</b>
	Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого-</b>		<b>73,00</b>	<b>26,89</b>	<b>29,53</b>	<b>90,27</b>	<b>740</b>



Директор  
 Калькулятор  
 Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»





# Меню

№СБ. рещ. 2 день

## Наименование блюд

		выход	стоимо	белки	жиры	углов	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	140		0,56	0,56	13,70	66
ТТК	Салат "Столичный" (грудки куриные, картофель, огурцы солен, яйцо, Переменка)	65		4,30	10,48	4,38	130
ТТК	Яйцо под соусом "Переменка" с з/горошком	1шт/5/5		6,5	8,50	0,88	106
		<b>сред.</b>		<b>3,79</b>	<b>6,51</b>	<b>6,32</b>	<b>101</b>

99/2015 Суп из овощей с мясными-фрикадельками (п/ф) со сметаной

250/11/10 3,87 8,24 11,70 137

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК.2019 г Грудка куриная (филе) по-французски

200 18,90 32,00 18,78 441  
сред. 18,90 32,00 18,78 441

ТТК 2020 Ежики мясные с рисом паровые, зеленый горошек (доп.гарнир)

100/5 15,18 16,30 8,54 241

ТТК 2019 Треска (филе) запеченная

60 12,78 4,40 3,29 103

ТТК Сосиски отварные с соусом Переменка, огурец свежий (доп.гарнир)

100/30/35 10,74 36,70 2,70 384

сред. 12,90 19,13 4,84 243

## ГАРНИРЫ

202/2015 Макароны изделия (гр.А) отварные с маслом

180/5 6,81 8,99 43,2 280

136/2015 Капуста тушеная

200 4,7 8,3 20 176

сред. 5,76 8,65 31,61 228

## НАПИТКИ

342/2015 Компот из свежих плодов (яблок)

200 0,16 0,16 27,87 115

ТТК 2015 Компот из замороженной компотной смеси

200 2,43 0,06 17,60 72

656/2004 Чай пакетированный с сахаром,лимоном

200/15/7 0,06 15,18 62

сред. 0,88 0,07 20,22 83

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный

20/20 2,52 0,36 18,84 91

Итого- 73,00 25,85 34,73 81,83 745



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Сб. рещ 3-ий день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углеводов ККАП

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

338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	110	0,44	0,44	10,78	52
ТТК 2015	Винегрет овощной (свекла, картофель, морковь, огурцы соленые, масло растительное)	100	1,27	10,15	7,79	129
20/2015	Салат из свежих огурцов	80	0,53	4,87	1,44	52
	сред.		0,75	5,15	6,67	78
103/2015	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками из птицы (п/ф)	200/11	4,18	3,99	16,8	120

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020	Люля кебаб из говядины (п/ф), помидор свежий (доп. гарнир)	80/55	15,00	14,39	7,84	220
ТТК	Треска (филе) запеченная с сыром	60/3	12,58	4,80	2,54	105
ТТК 2020	Говядина со стручковой фасолью	40/40	12,48	17,30	3,19	219
ТТК	Гуляш из птицы (грудки куриные)	80/40	21,70	26,70	2,70	338
	сред.		15,44	15,80	4,07	221
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с соусом Переменка, огурец свежий (доп. гарнир)	200/20/65	23,90	27,40	41,88	509
	сред.		23,90	27,40	41,88	509

## ГАРНИРЫ

312/2015	Пюре картофельное	100	2,18	3,15	14,70	97
202,309/201	Спагетти твердых сортов отварные с маслом	180/5	6,8	8,98	43,00	281
	сред.		4,49	6,07	28,85	189

## НАПИТКИ

ТТК	Чай пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/15/7/10	0,5	0,04	20,5	86
382/2015	Какао с молоком	200	3,97	2,1	25,2	145
ТТК 2015	Компот из замороженной вишни	200	0,20	0,05	17,60	73
	сред.		1,56	0,73	21,08	101

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный <sup>3</sup>

Итого- 73,00 28,09 33,55 83,8 756



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

4 день

№ п/п

Наименование блюда

выход

стоимость белки жиры углевы ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61
ТТК/2015	Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растительное)	40/40/5	0,70	5,12	2,29	59
15/2015	Сыр порциями	25	6,58	6,70		88
			<b>2,60</b>	<b>4,11</b>	<b>5,01</b>	<b>69</b>

88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем с мясными фрикадельками п/ф со сметаной	250/11/15	3,95	8,92	9,70	137
---------	---	-----------	------	------	------	-----

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК/2021	Бифштекс рубленый по-домашнему (п/ф), огурец свежий (доп.гарнир)	90/45	13,80	13,26	9,30	208
ТТК/2020	Грудка куриная в сливочном соусе (2 вариант)	70/30	19,27	26,35	2,80	326
		сред:	<b>16,54</b>	<b>19,81</b>	<b>6,05</b>	<b>267</b>
ТТК/01/20	Мясо (говядина) по-Милански	185	19,88	22,50	13,40	337
ТТК/2019	Треска (филе) с рисом и зеленым горошком	190/65	15,60	9,50	48,80	345
		сред:	<b>17,74</b>	<b>16,00</b>	<b>31,10</b>	<b>341</b>

## ГАРНИРЫ

216/2004	Картофель тушеный	120	2,6	8,50	19,58	166
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	170	7,5	6,15	47,45	275
		сред:	<b>5,05</b>	<b>7,33</b>	<b>33,52</b>	<b>221</b>

## НАПИТКИ

605/2004	Чай пакетированный с сахаром	200/15			14,97	60
348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,08	30,5	128
699/2004	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	25,74	105
		сред:	<b>0,40</b>	<b>0,04</b>	<b>23,74</b>	<b>98</b>

	Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	20/15	2,14	0,32	16,38	79
--	---------------------------------------	-------	------	------	-------	----

Итого- 73,00 31,91 30,39 104,7 826



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№СБ. рещ 5 день

Наименование блюдо

выход стоимо белки жиры углев ККАл

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

338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,70	56
ТТК 2016	Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, масло растительное)	60	4,42	8,99	6,65	126
23/2015	Салат из свежих помидоров (без лука)	75	0,78	4,70	2,70	58
	<b>сред.</b>		<b>1,89</b>	<b>4,72</b>	<b>7,02</b>	<b>80</b>
36/2015	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/15	2,70	7,80	17,50	149

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Котлеты Школьные п/ф, огурец свежий (доп. гарнир)	95/80	13,35	12,04	12,25	209
ТТК 2018	Треска (филе) запеченная	65	12,78	4,40	3,29	105
ТТК	Шашлычок из куриной грудки на шампуре	80	15,25	14,90	1,55	203
	<b>сред.</b>		<b>13,79</b>	<b>10,45</b>	<b>5,70</b>	<b>172</b>
ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	5шт/175/15	46,59	12,70	45,80	492
285/2015	Плов из говядины	50/200	20,40	23,40	53,50	505
	<b>сред.</b>		<b>33,50</b>	<b>18,05</b>	<b>49,65</b>	<b>499</b>

## ГАРНИРЫ

ТТК 2014	Каша полбяная рассыпчатая	180	6,4	7,33	34,94	231
ТТК	Гарнир "Овощной микс"	120	2,31	6,13	13,67	120
	<b>сред.</b>		<b>4,36</b>	<b>6,73</b>	<b>24,31</b>	<b>176</b>

## НАПИТКИ

342/2015	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,16	27,87	115
ТТК 2015	Компот из замороженной компотной смеси	200	2,43	0,06	17,60	72
666/2004	Чай пакетированный с сахаром, лимон	200/15/7	0,06		15,18	62
	<b>сред.</b>		<b>0,88</b>	<b>0,07</b>	<b>20,22</b>	<b>83</b>

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный

**Итого- 73,00 23,45 22,33 76,08 602**



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Сб. ред. 6 день

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

338/2015 Фрукты свежие (яблоки)

№83/2015 Бутерброд с сыром, маслом (батон)

выход	стоимо	белки	жиры	углев	ККАЛ
140		0,56	0,56	13,7	66
35/15/10		6,70	12,25	18,07	210
сред.		3,63	6,41	15,89	138

243/1983г Суп гороховый с гренками, с фрикадельками из птицы п/ф

250/10/22 14,54 9,74 28,78 260

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК Сосиски отварные с соусом Переменка

100/40	10,50	42,40	2,40	433
сред.	10,50	42,40	2,40	433

## ГАРНИРЫ

202/2015 Макароны изделия (гр.А) отварные с маслом

180/5	6,80	8,98	43,40	281
сред.	6,80	8,98	43,40	281

## НАПИТКИ

ТТК Чай пакетированный с сахаром, лимоном, урюком

ТТК 2015 Компот из замороженной вишни

200/15/7/10	0,56	0,04	20,5	86
200	0,20	0,05	17,60	73
сред.	0,38	0,05	19,04	80

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный

20/20 2,52 0,36 18,84 91

Итого- 73,00 23,83 58,19 99,6 1023

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор

*Светлана*



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»