

"Согласовано"

Директор  
ощеобразовательного учреждения

# Меню

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора  
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 г.Казани

(с 24 по 29 мая 2021 г)

3 - я неделя МАЙ

№Сб. рец. 1 день

Наименование блюд	выход	стоим ость	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
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, масло растительное)	65		4,79	9,74	7,24	136
ТТК Яйцо под соусом "Переменка" с з/горошком.	1шт/5/5 сред.		6,5	8,50	0,88	106
			<b>3,94</b>	<b>6,25</b>	<b>6,95</b>	<b>101</b>
111/2004г Борщ Сибирский (с фасолью) с мясными фрикадельками п/ф со сметаной	250/11/20		4,45	7,97	13,65	145
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
256/2015 Мясо (говядина) тушёное	45/50		14,3	16,48	2,55	216
ТТК 2021 Бифштекс рубленый по-домашнему (п/ф), огурец свежий (доп. гарнир)	90/45		13,80	13,26	9,30	208
ТТК 2019г Треска (филе) запеченная	60		12,78	4,40	3,29	103
ТТК 2015 Цыплята запечённые под сыром	120/5 сред.		33,08	36,48	0,18	462
			<b>18,50</b>	<b>17,66</b>	<b>3,83</b>	<b>247</b>
291/2015 Плов из птицы (грудки куриные), огурец свежий (доп. гарнир)	60/200/75		21,30	28,50	56,24	567
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	185 сред.		22,2	36,24	30,4	540
			<b>21,75</b>	<b>32,37</b>	<b>43,32</b>	<b>554</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
302Т4/2015 Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,4	41,9	242
202,309/201 Спагетти твердых сортов отварные с маслом	180/3 сред.		6,79	7,54	43,2	269
			<b>6,71</b>	<b>6,47</b>	<b>42,52</b>	<b>256</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
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
686/2004 Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/15/7 сред.		0,06		15,18	62
			<b>0,88</b>	<b>0,07</b>	<b>20,22</b>	<b>83</b>
Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>32,55</b>	<b>30,81</b>	<b>92,36</b>	<b>778</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 углев ККАЛ

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

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	57
ТТх 2015	Салат "Столичный" (грудки куриные, картофель, огурцы соленые, яйцо, соус Переменка)	60	3,97	9,67	4,05	120
20/2015	Салат из свежих огурцов	90	0,59	5,48	1,63	58
		<b>сред.</b>	<b>1,68</b>	<b>5,21</b>	<b>5,81</b>	<b>78</b>
103/2015	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками из птицы (п/ф)	250/11	4,76	4,59	20,94	145

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2019 г	Треска (филе) по-московски	50/25	11,54	11,14	2,4	157
ТТК 2019 г	Голень запечённая, огурец свежий (доп. гарнир)	100/55	23,11	23,05	1,7	307
ТТК	Сосиски отварные с соусом Переменка, огурец свежий (доп. гарнир)	100/25/40	10,75	33,89	2,50	358
		<b>сред.</b>	<b>15,13</b>	<b>22,69</b>	<b>2,20</b>	<b>274</b>
ТТК 2016	Лазанья из слоенного теста с мясом (тесто слоеное бездрожжевое)	200	23,09	27,04	35	484
ТТК 2019	Жаркое из птицы (грудки куриные), огурец свежий (доп. гарнир)	50/200/75	17,54	17,50	30,00	348
223/2015	Запеканка из творога со сгущенным молоком	180/30	39,77	18,80	47,45	520
		<b>сред.</b>	<b>26,80</b>	<b>21,11</b>	<b>37,49</b>	<b>451</b>

### ГАРНИРЫ

304/2015	Рис отварной с маслом	200/5	5,15	10,87	53,4	332
312/2015	Пюре картофельное	130	2,84	4,04	19,1	126
		<b>сред.</b>	<b>4,00</b>	<b>7,46</b>	<b>36,25</b>	<b>229</b>

### НАПИТКИ

343/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,08	30,6	128
699/2004	Напиток лимонный	200	0,14	0,016	24,4	101
685/2004	Чай пакетированный с сахаром	200/15			15	60
		<b>сред.</b>	<b>0,38</b>	<b>0,03</b>	<b>23,32</b>	<b>96</b>

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

**Итого- 73,00 31,0 26,7 83,0 704**

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	углев	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2015	Винегрет овощной (свекла, картофель, морковь, огурцы соленые, масло растительное)	90		1,15	9,15	7,00	116
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	70		0,49	0,07	1,33	8
		<b>сред.</b>		<b>0,68</b>	<b>3,21</b>	<b>6,04</b>	<b>57</b>
243/1983г	Суп гороховый с гренками, с мясными фрикадельками п/ф	250/10/11		12,50	7,97	28,70	237
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
250/2015	Гуляш из говядины	50/50		15,19	17,67	2,84	231
ТТК 2021	Котлеты "Аппетитные" мясо куриные (п/ф), огурец свежий (доп.гарнир)	90/50		16,80	16,08	7,50	240
ТТК	Треска (филе) запеченная под сыром	60/6		13,37	5,66	2,54	115
ТТК	Шашлычок из куриной грудки на шампуре	80		15,25	14,90	1,55	203
		<b>сред.</b>		<b>15,15</b>	<b>13,58</b>	<b>3,61</b>	<b>197</b>
ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	5шт/175/20		46,95	13,10	48,60	509
ТТК 2019	Голень куриная с рисом и овощами, огурец свежий (доп.гарнир)	250/30		30,94	38,70	48,70	669
		<b>сред.</b>		<b>38,95</b>	<b>25,90</b>	<b>48,65</b>	<b>589</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>							
202/2015	Макаронные изделия (гр.А) отварные с маслом	180/3		6,80	7,54	43,15	267
541/2004	Рагу овощное	150		2,80	7,65	16,80	149
		<b>сред.</b>		<b>4,80</b>	<b>7,60</b>	<b>29,98</b>	<b>208</b>
<b>НАПИТКИ</b>							
ТТК	Чай пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/15/7/10		0,56	0,04	20,5	86
379/2015	Кофейный напиток с молоком	200		3,3	1,51	29,1	152
ТТК 2015	Компот из замороженной вишни	200		0,20	0,05	17,60	73
		<b>сред.</b>		<b>1,35</b>	<b>0,53</b>	<b>22,38</b>	<b>104</b>
	Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	15/15		1,89	0,27	14,1	68

**Итого- 73,00 23,88 25,18 76,14 634**

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Сб. рец. 4 день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углев ККАЛ

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

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61
23/2015	Салат из свежих помидоров (без лука)	80	0,84	4,94	2,89	61
№3/2015	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/15/8	6,63	10,8	18,1	197
		<b>сред.</b>	<b>2,66</b>	<b>5,42</b>	<b>11,23</b>	<b>106</b>
88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем,с мясными фрикадельками п/ф, со сметаной	250/11/20	4,08	9,70	9,90	144

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020	Люля кебаб из говядины (п/ф), огурец свежий (доп.гарнир)	80/35	14,70	14,30	6,5	211
ТТК	Медальоны из куриных грудок запеченные с сыром, томатом	65/5	18,70	20,48	0,35	261
		<b>сред.</b>	<b>16,70</b>	<b>17,39</b>	<b>3,43</b>	<b>236</b>
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	185	22,18	36,24	30,40	540
438/2004	Азу из говядины	45/150	15,75	19,60	18,78	315
ТТК 2019	Треска (филе) с рисом и зеленым горошком	190/60	14,80	9,40	48,80	343
		<b>сред.</b>	<b>17,58</b>	<b>21,75</b>	<b>32,66</b>	<b>399</b>

## ГАРНИРЫ

ТТК	Картофель запеченый	100	2,89	10,57	23,70	200
302Т4/2015	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	7,99	10,10	50,29	324
ТТК 2021	Рис отварной с овощной смесью	170	6	7,50	49,00	286
		<b>сред.</b>	<b>5,63</b>	<b>9,39</b>	<b>41,00</b>	<b>270</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,лимоном	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 28,9 37,0 121,5 938

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№СС. рещ. 5 день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углев ККАЛ

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

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61
20/2015	Салат из свежих огурцов	100	0,67	6,08	1,80	64
ТТК	Яйцо под соусом "Переменка" с з/горошком	1шт/5/5	6,52	8,51	0,88	106
		сред.	2,57	5,04	5,14	77

97/2015	Суп картофельный с мясными фрикадельками (п/ф)	200/11	3,77	3,86	16,70	114
---------	--	--------	------	------	-------	-----

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

256/2015	Мясо (говядина) тушёное	45/50	14,34	16,48	2,55	216
ТТК 2021	Котлеты Школьные п/ф, огурец свежий (доп.гарнир)	95/65	13,24	12,03	11,98	207
ТТК	Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	75/5	21,37	23,40	0,35	298
ТТК	Сосиски отварные с соусом "Переменка" огурец свежий (доп.гарнир)	100/30/35	10,74	36,70	2,70	384
		сред.	14,92	22,15	4,40	276

265/2015	Плов с говядиной	50/200	20,10	23,34	53,40	505
----------	------------------	--------	-------	-------	-------	-----

ТТК 2019	Запеканка рисовая с рыбой (фарш минтая и трески)	185	21,24	14,50	22,85	308
		сред.	20,67	18,92	38,13	407

## ГАРНИРЫ

216/2004	Картофель тушеный	100	2,18	7,09	16,3	138
202,309/201	Спагетти твердых сортов отварные с маслом	180/5	6,81	8,99	43,2	280
		сред.	4,50	8,04	29,74	209

## НАПИТКИ

348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,08	30,6	128
699/2004	Напиток лимонный	200	0,14	0,016	24,4	101
685/2004	Чай пакетированный с сахаром	200/15			15	60
		сред.	0,38	0,03	23,32	96

	Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	25/25	3,15	0,45	23,55	114
--	---------------------------------------	-------	------	------	-------	-----

Итого- 73,00 25,52 35,71 86,15 773

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Сб. рац. 6. день

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

	выход	стоимо	белки	жиры	углев	ККАЛ
338/2015 Плоды свежие (яблоки)	150		0,6	0,6	14,70	71
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, масло растительное)	75		5,5	11,24	8,35	157
	сред.		3,05	5,92	11,53	114

96/2015 Рассольник ленинградский с фрикадельками из птицы (п/ф) со сметаной	250/11/5		4,30	7,76	17,30	157
---	----------	--	------	------	-------	-----

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" с соусом Переменка	220/20		25,80	28,90	44,60	543
--	--------	--	-------	-------	-------	-----

## НАПИТКИ

ТТК 2021 Компот из замороженной вишни	200		0,2	0,05	17,6	73
---------------------------------------	-----	--	-----	------	------	----

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
---------------------------------------	-------	--	------	------	-------	----

Итого- 73,00 31,57 35,23 93 821

Начальник отдела по организации питания,  
Зав. производством  
Калькулятор



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📱 @depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

