

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения



# Меню

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора по организации питания

АО "Департамент продовольствия и социального питания г.Казани"

А.К.Арапова



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

2-я неделя НОЯБРЬ

с 14 по 19 ноября, с 28 ноября по 3 декабря 2022 г

№СБ. пер 1 день

Наименование блюд

выход стоимости белки жиры углев. ККАЛ

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

сб.2013	Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ттк.2019	Бутерброд с маслом (бэтон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
47/2015	Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
ттк.2015	Салат из моркови (морковь,сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
ттк.2016	Салат из фасоли,кукурузы с сыром,сухариками с маслом раст.	75		5,2	10,5	7,8	147
	сред.			2,15	7,57	11,78	125

## 1-ЫЕ БЛЮДА

сб.1983	Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/10/11		10,5	7,0	24,31	202
---------	---	-----------	--	------	-----	-------	-----

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ттк.2020	Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,47	173
ттк.2019	Рыба (филе ) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
ттк.2022	Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	75/5		20,2	19,4	0,32	257
ттк.2020	Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	сред.			17,79	19,26	3,15	256
ттк.2016	Лазанья с мясом	160		17,7	24,1	25,9	410
ттк.2016	Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	28	496
ттк.2018	Блинчики п/ф со сгущённым молоком	4шт/180/20		11,3	8,4	67	390
	сред.			16,47	21,93	40,30	432

## ГАРНИРЫ

309/2015	Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
303/2015	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК.2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.			4,94	5,09	26,10	169

## НАПИТКИ

ттк.2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ттк.2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.			0,07	0,01	9,60	39

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с.

Итого с самост.бл юдом- 73,00

Итого - 73,00

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



№06, пер. 2 день



# Меню



Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
06/2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с хлебом белым пшенич.)	25/10		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2018 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
ТТК 2019 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
52/2015 Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
	<b>сред.</b>		<b>3,10</b>	<b>7,92</b>	<b>9,38</b>	<b>122</b>
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
82/2015 Борщ со свеж. капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,9	8,2	12,8	142
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	<b>сред.</b>		<b>15,54</b>	<b>13,90</b>	<b>3,89</b>	<b>201</b>
ТТК 2022 Грудки куриные по-французски	180		17	29,0	16,9	397
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
	<b>сред.</b>		<b>18,00</b>	<b>22,65</b>	<b>25,20</b>	<b>377</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
202/2015 Макароны изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
139/2015 Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	<b>сред.</b>		<b>5,19</b>	<b>6,43</b>	<b>36,38</b>	<b>225</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
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
	<b>сред.</b>		<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>9,17</b>	<b>38</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого с  
самост. бл  
юдом-  
Итого- 73,00



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



*Мини-зв*



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»





№05. рп13-ий день

# Меню



Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
45/2016 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
тгк 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75		5,2	10,5	7,8	147
10/2001 Салат из моркови с яблоками	100		0,99	10,14	8,80	132
68/2016 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
	<b>сред.</b>		<b>1,89</b>	<b>7,27</b>	<b>8,99</b>	<b>110</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
103/2018 Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
тгк2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
тгк 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
тгк 2021 Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
тгк.2022 Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	<b>сред.</b>		<b>15,08</b>	<b>14,90</b>	<b>4,69</b>	<b>212</b>
тгк 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
тгк2018 Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	<b>сред.</b>		<b>18,13</b>	<b>22,61</b>	<b>38,85</b>	<b>434</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
тгк 2018 Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
зо3/2018 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
тгк 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	<b>сред.</b>		<b>4,10</b>	<b>6,36</b>	<b>23,10</b>	<b>165</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
тгк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
тгк 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	<b>сред.</b>		<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>9,95</b>	<b>41</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	15,38	79

Итого с  
самост. бл 73,00  
юдам-  
Итого- 73,00



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



№Сб. пр. 4 день

# Меню



## Наименование блюда

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

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

сб.2013	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
ттк 2019	Салат "Прага" (грудки куриные, морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80	5,2	7,2	1,70	92
37/2015	Салат картофельный с огурцами, зелёным горошком	100/5	1,46	5,3	9,83	93
ттк 2021	Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100	1,3	10,1	7,2	126
ттк 2018	Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
		сред.	2,17	6,95	9,20	109

### 1-ые БЛЮДА

сб/2018	Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10	3,33	6,4	7,56	128
---------	--	-----------	------	-----	------	-----

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ттк 2021	Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20	11,5	11,2	8,52	178
ттк 2019	Рыба (филе) по-Московски	70/20	18	13,8	2	204
ттк 2019	Цыплята запечённые	100	26,7	24,5	1	332
ттк 2022	Чахохбили из куриных грудок	60/50	12,6	16,6	7	229
		сред.	17,19	16,53	4,63	236
ттк 2021	Гречка с фаршем и овощами	200	18,1	15,1	48	400
ттк 2018	Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	28	496
		сред.	19,25	24,20	38,00	448

### ГАРНИРЫ

30/9/2015	Спагетти отварные (с маслом слив.)	180	6,77	5,4	43,14	248
64/1/2004	Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178
30/4/2015	Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
		сред.	4,91	7,02	37,11	232

### НАПИТКИ

ттк 2021	Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
ттк 2021	Компот из замороженной вишни	200	0,14	0,0	11,2	46
		сред.	0,10	0,01	9,67	40

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
---	-------	------	-----	-------	----

Итого с  
самост.бл  
юдом-  
Итого- 73,00

73,00

73,00



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Сб. рс 5 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
сб/2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ттк/2022 Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
ттк/2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
сб/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
№3/2015 Бутерброд с сыром (с хлебом белым пшан.)	25/10		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		2,94	6,42	10,49	113
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
сб/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ттк/2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ттк/2021 Котлеты "Школьные" с соусом томатным	80/20		11,5	11,23	8,52	178
ттк/2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
243/2016 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ттк/2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	сред.		13,29	13,59	3,34	188
436/2004 Азу с говядиной	50/150		17,2	21,1	18,8	334
ттк/2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/20		28,7	8,6	33,6	331
	сред.		22,95	14,85	26,20	333
<b>ГАРНИРЫ</b>						
сб/2015 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
сб/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
139/2015 Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,12	6,20	23,62	169
<b>НАПИТКИ</b>						
ттк/2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ттк/2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,07	0,01	9,60	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого с  
самост. бл  
юдм-

73,00

Итого- 73,00

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn





# Меню

Заготовочные 2 неделя ноября



№06. pag 6 день

## Наименование блюд

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

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
06/2013 Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ттк 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/5		4,55	7	12,90	134
47/2015 Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
	<b>сред.</b>		<b>2,21</b>	<b>4,19</b>	<b>10,97</b>	<b>93</b>

### 1-ые БЛЮДА

95/2015 Рассольник "Домашний" со сметаной	250/10		2,38	6,1	15,11	142
---	--------	--	------	-----	-------	-----

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ттк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5		21,4	22,5	38,3	442
ттк 2021 Соус мясной "Смак"	120		10,1	10,1	5,9	156
ттк 2019 Цыплята запеченные	100		26,7	24,5	1	332
	<b>сред.</b>		<b>19,40</b>	<b>19,03</b>	<b>15,07</b>	<b>310</b>

### ГАРНИРЫ

202/2015 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	3,9	43,2	235
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	<b>сред.</b>		<b>5,70</b>	<b>5,19</b>	<b>45,60</b>	<b>252</b>

### НАПИТКИ

ттк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10		0,5		13,3	56
348/2015 Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1	0,08	30,56	128
	<b>сред.</b>		<b>0,75</b>	<b>0,04</b>	<b>21,93</b>	<b>92</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
---	-------	--	------	-----	-------	----

Итого с самост. бл юдом-	73,00	26,88	27,09	90,04	718
<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>30,58</b>	<b>28,81</b>	<b>112,40</b>	<b>838</b>

Начальник отдела по организации питания *or*  
 Зав. производством  
 Калькулятор

Директор  
 Калькулятор  
 Зав. производством

8(800)234-33-88  
 @depta.kzn

