

# Меню

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

*С.Х. Зайнутдинов*

"Утверждаю"

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

*А.К. 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 7 по 12 марта 2022г, с 21 по 26 марта 2022 г

1-я неделя МАРТ

№СБ, рец, 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2018 Салат из фасоли и кукурузы с сыром, сухариками	60		4,4	9,0	6,7	126
ТТК 2015 Яйцо по соусом "Переменка" с зеленым горошком	48/10/5		6,54	11,3	1,08	132
	сред.		3,81	6,91	6,51	105
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
102/2015 Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы п/ф	200/11		7,76	7,2	19,4	174
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Котлеты Школьные п/ф, мексиканская смесь с красной фасолью отварная (доп. гарнир)	80/30		13,08	12,2	12,37	207
ТТК 2019 Горбуша по-Московски	60/20		17,7357	13,1	1,80143	197
ТТК 2020 Голень куриная в сливочном маринаде	80/10		24,8	26,7	5,74	360
	сред.		18,54	17,35	6,64	255
ТТК 2018 Буритос с отварной курицей и сыром	160		20,3816	33,3	27,9351	496
	сред.		20,38	33,3	27,94	496
<b>ГАРНИРЫ</b>						
302/2015 Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	291
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	110		2,57	6,0	20,8	148
	сред.		5,26	6,2	35,53	220
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
701/2004 Напиток яблочный	200		0,1	0,1	26,4	108
	сред.		0,05	0,05	17,20	70,0
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/25		2,9	0,4	21,3	103
		Итого с самост.блюд ом-	27,14	40,66	72,95	774
	Итого-	73,00	30,56	30,95	87,18	752

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

№Сб. рещ. 2-дeнь

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
67/2015	Винегрет овощной (без лука) с зеленым горошком	100/10	1,535	10,2	7,8	130
ТТК2022	Салат из зеленого горошка с сыром (3/гор.консер.,сыр,масло растительн	60	4,02	7,75	2,93	98
	<b>сред.</b>		<b>2,01</b>	<b>6,1</b>	<b>7,50</b>	<b>95</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
82/2015	Борщ со свежей капустой,картофелем, со сметаной	250/20	2,3	8,2	13	136
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК2021	Горбуша запечённая с сыром (филе)	75/8	19,4	12,0	2,65	196
ТТК 2021	Бифштекс по-домашнему п/ф, огурец солёный - доп.гарнир	80/50	13,5	13,2	8,5	204
ТТК 2020	Гуляш из индейки	55/55	15,82	24,1	3,74	295
	<b>сред.</b>		<b>16,24</b>	<b>16,43</b>	<b>4,96</b>	<b>232</b>
ТТК 2020г	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	220/30	17,8	15,5	31,35	337
	<b>сред.</b>		<b>17,80</b>	<b>15,50</b>	<b>31,35</b>	<b>337</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
312/2015	Пюре картофельное	100	2,19167	3,1	14,6667	97
139/2015	Каша полбяная рассыпчатая с маслом	180/5	3,3	5,8	14	123
	<b>сред.</b>		<b>2,75</b>	<b>4,4</b>	<b>14,33</b>	<b>110</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021	Чай пакетированный с сахаром,лимоном	200/8/5	0,06	0,0	8	34
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,10</b>	<b>0,02</b>	<b>9,58</b>	<b>40</b>
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,66	0,3	17,22	82
	<b>Итого с самост.блюд ом-</b>					
	<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>23,75</b>	<b>27,31</b>	<b>53,60</b>	<b>558</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Сб. реч. 3-ий день

Наименование блюд

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

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Плоды свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,74	61
ттк 2022г Салат Любительский (салатка отв., капуста кваш., масло раст.)	100		1,55	8,4	4,68	102
3/2015 Бутерброд с сыром, маслом	25/10/8		4,56	9,18	12,91	153
	сред.		2,21	6,0	10,11	105

**1-ые БЛЮДА**

103/2015 Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельками (п/ф)	200/11		4,04	3,9	16,93	120
---	--------	--	------	-----	-------	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

ттк 2021 Котлеты "Пожарские" п/ф, мексиканская смесь заморож. (доп. гарнир)	80/40		13	12,4	13,59	218
ттк 2021 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	60/5		16,6	17,7	2,2	236
ттк 2021 Горбуша запеченная с овощами, с доп. гарнир-зеленый горошек	75/30/10		15,94	10,9	3,13	175
	сред.		15,18	13,67	6,31	210

ттк2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	5шт/225/30		15,6	12,19	94,7	553
	сред.		15,60	12,19	94,70	553

**ГАРНИРЫ**

541/2004 Рагу овощное	150		2,805	7,635	16,8	149
ттк2020 Рис отварной с овощной смесью (мексиканская смесь с красной фасолью)	160		6,04444	7,6	49,1111	286
	сред.		4,42	7,6	32,96	217

**НАПИТКИ**

ттк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ттк 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,94	49
	сред.		0,04	0,04	9,97	41

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
---	-------	--	------	-----	-------	----

Итого с самост.блюд ом-			19,74	18,54	128,9	767
Итого-	73,00		23,74	27,62	73,47	641

Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

№Сб. рец. 4 день

№Сб. рец.	Наименование блюд	Выход	стоимость	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 2015	Салат Столичный (грудки курицы, картофель, огурцы соленые, яйцо, соус Переменка)	60		4,00	9,70	4,00	120
ТТК 2015	Салат из свеклы с сыром, соусом "Переменка"	85		5,18	6,8	7,39	112
		сред.		3,23	5,67	8,04	98
<b>1-ые БЛЮДА</b>							
88/2015	Щи из свеж. капусты с картофелем, фрикадельками из птицы п/ф со сметаной	200/11/5		3,33	6,4	7,56	102
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
ТТК 2019г	Цыпленок запеченный, огурец соленый- доп. гарнир	110/35		29,1	31,9	0,08	404
ТТК 2021	Горбуша запеченная с сыром, соусом Переменка	80/8/8		20,58	17,1	3,14	249
	Люля кебаб п/ф с доп. гарнир- мексиканск. смесь	80/35					
		сред.		16,56	16,33	1,07	217,67
ТТК 2020	Мясо по-Милански	175		18,816	21,3	12,56	319
ТТК 2019г	Бургеры с отварной курицей и сыром	160		19,8	32,3	27,1219	482
		сред.		19,31	26,78	19,84	400
<b>ГАРНИРЫ</b>							
303/2015	Каша гречневая вязкая	160		3,73333	5,0	23,4667	154
202/2015	Макаронные изделия отварные	180		6,77	5,4	43,13	248
		сред.		5,25	5,2	33,30	201
<b>НАПИТКИ</b>							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,08	0,1	11,94	49
		сред.		0,04	0,04	9,97	41
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/23		2,52	0,4	18,84	91
		Итого с самост. блюд ом-		25,10	32,85	56,69	629
		Итого-	73,00	27,61	27,57	71,23	648

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📱 @depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Сб. рец. 5 день

№Сб. рец.	Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2018	Салат из фасоли и кукурузы с сыром, сухариками	50		4	8,3	6,13	115
ТТК 2022	Салат из зеленого горошка с сыром (зелен.горош., сыр, м/раст)	50		3,35	6,45	2,43	82
	<b>1-ые БЛЮДА</b>	<b>сред.</b>		<b>2,58</b>	<b>5,1</b>	<b>6,12</b>	<b>81</b>
96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		1,96	5,0	13,7	109
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
ТТК 2021	Горбуша запеченная	90		20,75	11,88	3,93	205
ТТК 2020	Говядина со стручковой фасолью	40/30		12,2	15,4	2,41	198
ТТК 2019	Шашлычок из куриной грудки на шампуре с соусом Переменка	70/10		12,11	19,5	1,28	228
243/2015	Сосиски отварные; доп гарнир-огурец соленый	100/35		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>			<b>13,87</b>	<b>16,72</b>	<b>2,11</b>	<b>214</b>
ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком.	5шт/175/30		39,29	12,5	52,2	486
	<b>сред.</b>			<b>39,29</b>	<b>12,54</b>	<b>52,20</b>	<b>486</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>							
ТТК 2014	Каша полбяная рассыпчатая с маслом	180/5		6,5	11,0	35	264
ТТК 2016	Картофель запеченный (с паприкой)	100		2,14167	5,0	17,3333	123
	<b>сред.</b>			<b>4,32</b>	<b>8,0</b>	<b>26,17</b>	<b>194</b>
<b>НАПИТКИ</b>							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
699/2004	Напиток лимонный	200		0,14	0,0	24,432	101
	<b>сред.</b>			<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>16,22</b>	<b>67</b>
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		1,89	0,3	14,13	68
	<b>Итого с самост.блюд ом-</b>			<b>43,83</b>	<b>17,87</b>	<b>88,7</b>	<b>702</b>
	<b>Итого-</b>		<b>73,00</b>	<b>22,73</b>	<b>30,02</b>	<b>64,74</b>	<b>624</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»





# Меню

№Сб.рец. 6 день

Наименование блюд

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

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,74	61
3720015 Бутерброд с сыром, маслом	25/10/8		4,9	9,3	15,50	166
	сред.		2,71	4,91	14,12	114

**1-ЫЕ БЛЮДА**

ТТК 2017 Итальянский суп с сосисками (с томатом)	200		4,3	7,7	11,92	136
--	-----	--	-----	-----	-------	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

ТТК 2019 Котлеты "Школьные" (п/ф), мексиканская смесь заморож. (доп. гарнир)	80/35		13	12,4	14	218
Фрикадельки из горбуши и минтая п/ф	77/70					
ТТК 2019 Цыплята запеченные, зелёный горошек- доп. гарнир	100/20		26,4	29,0	0,07	367
	сред.		13,13	13,80	4,69	195,00

ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом "Переменка"	200/30		23,84	37,84	43,36	610
	сред.		23,84	37,84	43,36	610

**ГАРНИРЫ**

202/2015 Спагетти отварные с маслом	200/5		7,56	9,6	47,97	309
139/2015 Каша пшеничная вязкая с маслом	160/10		2,85	5,0	12,19	107
	сред.		5,21	7,3	30,08	208

**НАПИТКИ**

ТТК 2021 Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,06	0,0	8	34
ТТК 2021 Компот из замороженной вишни	200		0,1	0,04	10,71	44
	сред.		0,08	0,03	9,36	39

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	25/20		3,15	0,5	23,55	114
--------------------------------------	-------	--	------	-----	-------	-----

Итого с						
самост. блюд		29,78	43,23	90,4	877	
ом-						
Итого-	73,00	24,28	26,46	81,80	670	

средняя

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN

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



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»