

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

*Масляева Валентина*

# Меню

"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 17 по 22 января 2022 г

## 2 -я неделя (ЯНВАРЬ)

№Сб. рец. 1 - ый день

### Наименование блюд

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

	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Улев.	ККАЛ
ТТК 2016 Салат "Мечта" (капуста свеж, кукуруза, зел.горошек, масло растительное)	70	1,4467	10,66	4,2	119	
70/2001 Салат из моркови с яблоками (морковь, яблоки, сахар, масло раст.)	100	1	1,0	8,8	132	
15/2015 Сыр порционно	18	4,728	4,8	0	64	
	сред.	2,39	5,48	4,33	105	

#### 1-ЫЕ БЛЮДА

№88/2015г. Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	5,88	5,6	19,28	151
--	-------	------	-----	-------	-----

#### ВТОРЫЕ БЛЮДА

258/2015 Мясо тушёное	45/50	14,3	16,5	2,55	216
ТТК 2019г Горбуша по-Московски	80/20	19,1	14,1	1,94	212
ТТК 2019г Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	70/8	22,8	25,4	0,3	322
	сред.	18,73	18,67	1,60	250
ТТК 2021г Гречка с фаршем и овощами, огурец сол. - доп. гарнир	200/60	23,14	47	41,9	684
ТТК 2019г Буритос с отварной курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,61	526
	сред.	22,37	41,14	35,76	605

#### ГАРНИРЫ

199/2015 Пюре гороховое с маслом	200/10	20,74	5,1	43,33	302
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	100	2,9	10,5	23,64	201
	сред.	11,82	7,8	33,49	252

#### НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный,зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2021 Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
	сред.	0,06	0,02	9,80	40

Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный

Итого с  
самост.блю  
дом-

Итого: 73,00 26,71 46,91 64,02 818

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Об. рещ 2.- ой день.

№Об. рещ	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Улев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
338/2015	Флоды свежле (яблокл)	130		0,52	0,52	12,74	61
67/2015	Винегрет овощной	130		1,59	13,2	9,3	164
3/20015	Бутерброд с сыром, маслом	30/10/10		5	10,8	15,11	179
		сред.		2,37	8,17	12,39	135
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>							
111/2004	Борщ Сибирский с фрикадельками из птицы (п/ф) со сметаной	200/11/5		3,77	5,2	10,50	104
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
ТТК 2020	Фрикассе из куриных грудок	55/55		20,85	23,4	4,36	314
ТТК 2021	Бифштекс рубленый по - домашнему п/ф, мексиканская смесь отварная (доп. гарнир)	80/25		14,25	14,05	9,74	220
ТТК 2021	Горбуша запечённая с сыром (филе)	80/8		20,55	12,7	2,8	208
		сред.		18,55	16,72	5,63	247
ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со гущённым молоком	4шт/140/35		38,9	12,1	49,4	469
		сред.		38,90	12,10	49,40	469
<b>ГАРНИРЫ</b>							
202/2015	Макаронь отварные с маслом	180/3		6,8	9,0	43,18	281
139/2015	Капуста тушёная	120		2,35	4,1	10	88
		сред.		4,58	6,6	26,59	185
<b>НАПИТКИ</b>							
ТТК 2021	Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,0	8	34
ТТК 2021	Компот из свежих яблок	200		0,08	0,1	11,94	49
		сред.		0,07	0,05	9,97	42
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный	15/15		1,89	0,3	14,13	68
		Итого с самост.блю дом-	73,00	43,23	20,59	85,89	713
		Итого:	73,00	27,46	31,76	68,72	676

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Об. рец. 3 - ий день

## Наименование блюд

		Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Улев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
338/2016	Флоды свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,74	61
47/2015	Салат из квашеной капусты (квашеная капуста, лук, сахар, масло растит.)	80		1,27	4,1	6,59	70
ТТК 2016	Салат из фасоли и кукурузы с сыром, сухариками	65		4,79	9,7	7,24	136
		сред.		2,19	4,78	8,86	89

## 1-ые БЛЮДА

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

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2019 г	Котлеты "Школьные" (п/ф), европейская смесь отварная (доп. гарнир)	80/30		13	12,4	14	218
ТТК 2019 г	Цыплята запеченные	100		27,2	29,0	0,07	368
ТТК 2021	Горбуша запеченная с овощами	75/30		15,94	10,9	3,13	175
		сред.		14,04	13,08	4,30	190

ТТК 2018	Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	5шт/225/45		15,6	12,19	94,7	553
		сред.		15,60	12,19	94,70	553

## ГАРНИРЫ

ТТК 2016	Картофель запеченный (с паприкой)	100		2,9	10,5	23,64	201
ТТК 2020	Рис отварной с овощной смесью (мексик. смесь с красной фасолью)	170		6,04	7,6	49,11	286
		сред.		4,47	9,05	36,38	244

## НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
		сред.		0,07	0,01	9,58	39

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

	Итого с самост.блю дом-		73,00	20,38	17,34	132,0	772
	Итого:		73,00	23,29	27,27	77,95	653

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-3388

📷 @depta.kzn



*Д. Зиндуркина*

*М. М. Минаева*



АО «Деапартамент продовольствия и социального питания г. Казани»



# Меню

№Сб. рец. 4-ый день

## Наименование блюд

	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61
ТТК 2015	Салат из свеклы с сыром, соусом "Переменка"	100	5,18	6,8	7,39	112
ТТК 2015	Яйцо по соусом "Переменка" с зеленым горошком	48/10/5	6,54	11,3	1,08	132
	сред.		4,08	6,19	7,07	102

## 1-ые БЛЮДА

Сб.1983	Суп гороховый (без картофеля) с куриными фрикадельками и гренками	250/11/10	11,9	8,1	35,5	263
---------	---	-----------	------	-----	------	-----

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2019г	Гуляш из филе грудок индейки	65/65	18,74	28,5	4,42	349
ТТК 2021	Горбуша запеченная с сыром, соусом Переменка	80/8/8	20,58	17,08	3,14	249
	сред.		19,66	22,79	3,78	299
265/2015	Плов с говядиной	50/150	19,57	22,3	48,11	472
ТТК 2019г	Буритос с отварной курицей и сыром	165	19,8	32,4	27,13	481
	сред.		19,69	27,32	37,62	477

## ГАРНИРЫ

303/2015	Каша гречневая вязкая	180	4,19	5,6	26,4	173
541/2004	Рагу овощное	100	1,87	5,09	11,2	99
	сред.		3,03	5,33	18,80	136

## НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7	0,06	0,0	8	34
ТТК 2021	Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,80	41

Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный

Итого с самост.блю дом-	73,00	25,75	33,80	68,62	688
<b>Итого:</b>	<b>73,00</b>	<b>28,75</b>	<b>34,60</b>	<b>53,58</b>	<b>646</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Сб. рец. 5 - ый день

## Наименование блюд

	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углв.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61
ТТК 2015	Салат Столичный (грудки курицы, картофель, огурцы солен, яйцо, соус Перемен.)	60	3,97	9,67	4,04	120
63/2013	Салат Витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, м/раст) с яйцом	100/0,5шт сред.	1,2 1,90	5,16 5,1	10,90 9,23	96 92

## 1-ые БЛЮДА

97/2015	Суп картофельный	250	2,5	3,0	19,84	117
---------	------------------	-----	-----	-----	-------	-----

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Горбуша запечённая	100	23,11	13,2	4,33	228
ТТК 2021	Ежики мясные с рисом п/ф в томатном соусе	120/40	14,38	14,21	9,94	223
ТТК 2019	Шашлычок из куриной грудки на шампуре	85 сред.	14,67 17,39	17,0 14,80	1,07 5,11	215 222
ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущённым молоком	4шт/140/35 сред.	38,93 38,93	12,1 12,11	49,42 49,42	469 469

## ГАРНИРЫ

202/2015	Спагетти отварные с растительным маслом	180	6,74	7,54	43,15	268
ТТК 2014 г.	Каша полбяная вязкая	160 сред.	1,87 2,87	5,09 4,21	11,2 18,12	99 122

## НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
699/2004	Напиток лимонный	200 сред.	0,14 0,07	0,0 0,01	24,432 16,22	101 67

Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный.

Итого с самост.блю дом-	73,00	42,79	17,50	88,99	696
Итого:	73,00	24,11	24,41	62,80	571

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№Сб. рещ. 6 - ой день

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

№Сб. рещ.	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углев.	ККАЛ
338/2015	Фрукты-свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,74	61
3/20015	Бутерброд с сыром, маслом	30/10/10 сред.		5 2,76	10,8 5,66	15,11 13,93	179 120

## 1-ые БЛЮДА

96/2015	Рассольник "Домашний"	250		2,25	5,4	14,93	118
---------	-----------------------	-----	--	------	-----	-------	-----

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2019 г	Котлеты "Школьные" (п/ф), европейская смесь отварная (доп. гарнир)	80/30		13	12,4	14	218
243/2015	Сосиски отварные	100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК 2019 г	Цыплята запеченные	100 сред.		27,2 16,87	29,0 20,50	0,07 4,96	368 271

## ГАРНИРЫ

202/2015	Макаронны отварные с маслом	180/5		6,74	9,0	43,18	281
ТТК 2020	Рис отварной с овощной смесью (мексиканская смесь с красной фасолью)	140 сред.		4,94 5,84	6,2 7,6	40,35 41,77	236 259

## НАПИТКИ

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

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

Итого с  
самост.блю  
дом-

Итого: 73,00 28,70 34,22 93,55 802

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»