

"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

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & chill) для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани с 2 по 7 октября, с 16 по 21 октября 2023 г с 30 октября по 4 ноября 2023 г

2 - я неделя ОКТЯБРЬ

№Сб. пер 1 день

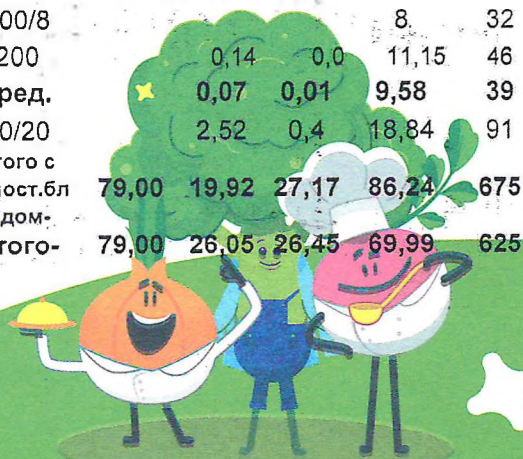
Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,1	97
помидоры свежие	40					
огурцы свежие	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>	<b>1,63</b>	<b>6,13</b>	<b>11,80</b>	<b>110</b>	
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Рыба (филе ) по-Московски	85/20		21,4	14,9	1,9	227
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с перемешкой, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
	<b>сред.</b>	<b>16,97</b>	<b>15,20</b>	<b>3,63</b>	<b>217</b>	
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
ТТК2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
	<b>сред.</b>	<b>15,70</b>	<b>20,67</b>	<b>46,03</b>	<b>434</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	<b>сред.</b>	<b>4,87</b>	<b>4,76</b>	<b>26,14</b>	<b>167</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>	<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>9,58</b>	<b>39</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
Итого с самост.бл юдом-		<b>79,00</b>	<b>19,92</b>	<b>27,17</b>	<b>86,24</b>	<b>675</b>
Итого-		<b>79,00</b>	<b>26,05</b>	<b>26,45</b>	<b>69,99</b>	<b>625</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



# Меню

№Сб. рел 2 день

## Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2	6,2	8,5	99
огурцы свежие	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
	<b>сред.</b>	<b>2,89</b>	<b>3,86</b>	<b>11,90</b>	<b>95</b>	
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
ТТК2022 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	<b>сред.</b>	<b>14,86</b>	<b>14,10</b>	<b>5,09</b>	<b>207</b>	
ТТК2022 Грудки куриные по-французски	200		18,9	32,1	18,8	441
ТТК2023 Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,2	15,8	22	296
	<b>сред.</b>	<b>18,90</b>	<b>32,10</b>	<b>18,80</b>	<b>441</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ТТК2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 Капуста тушеная	180		4,32	7,4	18,24	160
	<b>сред.</b>	<b>5,21</b>	<b>6,68</b>	<b>36,45</b>	<b>228</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	<b>сред.</b>	<b>0,09</b>	<b>0,02</b>	<b>9,87</b>	<b>41</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

Итого с самост.бл юдом-	79,00	24,40	36,34	59,41	668
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>25,57</b>	<b>25,02</b>	<b>82,14</b>	<b>662</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

№Сб. пр. 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,1	6,2	11,7	112
морковь свежая	40					
свекла отварная	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>1,29</b>	<b>3,34</b>	<b>11,75</b>	<b>84</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
102/2015 Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11		7,69	7,10	19,38	173
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2021 Гуляш из филе куриных грудок	60/40		17,3	17,3	2,60	236
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	90		20,8	11,9	3,9	205
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>15,58</b>	<b>16,00</b>	<b>3,83</b>	<b>221</b>
ТТК 2016 Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/20		20,2	21,7	36,1	422
	<b>сред.</b>		<b>20,95</b>	<b>24,85</b>	<b>36,45</b>	<b>458</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ТТК 2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
ТТК 2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	120		4,68	4,32	10,56	96
	<b>сред.</b>		<b>4,97</b>	<b>6,30</b>	<b>28,54</b>	<b>189,8</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
648/2004 Напиток яблочный	200				13,1	53
	<b>сред.</b>		<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>10,62</b>	<b>44</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

20/20 2,52 0,4 18,84 91

Итого с самост. бл	79,00	24,79	28,55	77,66	676
юдом-					
Итого-	79,00	24,38	26,00	73,57	629

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

# Меню

№Сб. рей 4 день

Наименование блюд

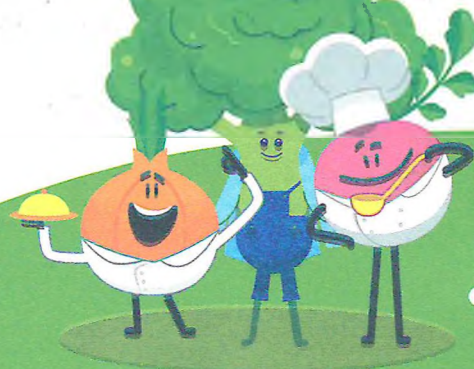
	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2023 Салат-бар	100		1,9	6,2	9,7	105
помидоры свежие	40					
морковь свежая	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>1,59</b>	<b>6,13</b>	<b>12,33</b>	<b>113</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ттк2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		2,56	6,9	17,26	142
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ттк 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ттк 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
ттк 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
	<b>сред.</b>		<b>16,13</b>	<b>13,40</b>	<b>4,20</b>	<b>200</b>
ттк 2021 Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
ттк 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
	<b>сред.</b>		<b>15,75</b>	<b>23,32</b>	<b>31,23</b>	<b>400</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ттк2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ттк2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ттк2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	<b>сред.</b>		<b>4,89</b>	<b>7,27</b>	<b>37,10</b>	<b>234</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ттк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ттк 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>9,58</b>	<b>39</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

Итого с самост.бл юдом-	79,00	<del>19,93</del>	29,82	71,98	643
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>25,21</b>	<b>27,16</b>	<b>82,05</b>	<b>677</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

№Сб. рел 5 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углеводов ККАЛ

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

338/2015	Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
ТТК 2023	<b>Салат-бар</b>	100	2,21	6,1	9,6	103
	капуста свежая	40				
	морковь свежая	40				
	горошек зелёный консервированный	10				
	сухарики из пшеничного хлеба	5				
	масло растительное	5				
ТТК 2019	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10	6,3	12,1	15,50	197
	<b>сред.</b>		<b>3,00</b>	<b>6,23</b>	<b>12,30</b>	<b>119</b>

## 1-ые БЛЮДА

ТТК2023	Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
82/2015	Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10	2,04	6,7	12,66	119
	<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
ТТК 2021	Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	90/10	17,6	10,9	3,6	183
ТТК 2022	Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019	Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332
ТТК 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
	<b>сред.</b>		<b>16,57</b>	<b>14,83</b>	<b>5,41</b>	<b>221</b>
ТТК2023	Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120	10,3	10,9	21,6	226
ТТК2017	Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30	28	9,4	42,5	371
	<b>сред.</b>		<b>19,15</b>	<b>10,15</b>	<b>32,05</b>	<b>299</b>

## ГАРНИРЫ

ТТК2016	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,95	6,5	50,25	291
ТТК2014	Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248
ТТК2021	Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44	175
	<b>сред.</b>		<b>6,23</b>	<b>5,82</b>	<b>39,93</b>	<b>238</b>

## НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10	0,55	0,1	13,4	58
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>		<b>0,28</b>	<b>0,03</b>	<b>11,80</b>	<b>50</b>

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

Итого с самост.бл юдом-	79,00	24,95	16,76	74,99	558
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>28,59</b>	<b>27,27</b>	<b>88,28</b>	<b>718</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

ЛАНЧ ОКТЯБРЬ 2 неделя

№Сб. рел 6 день

СУББОТА

## ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

338/2015	Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	170/20	20,2	21,7	36,2	422
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,3	11,25	55
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,28</b>	<b>22,70</b>	<b>71,4</b>	<b>592</b>

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

 8(800)234-33-88

 poelidovolen.ru

