

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

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

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

2 - я неделя ДЕКАБРЬ

с 12 по 17 декабря, с 26 по 31 декабря 2022 г

№Сб. при 1 день

Наименование блюд

выход

стоимость белки

жиры

углев.

ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
№1/2015	Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
47/2015	Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88
49/2004	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	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
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.	17,62	19,16	3,34	255
ТТК 2016	Лазанья с мясом	180	21,2	28,9	36,1	496
ТТК 2022	Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,6	525
ТТК 2018	Блинчики п/ф со сгущённым молоком	4шт/180/20	11,3	8,4	67	300
		сред.	18,03	24,20	44,23	470

ГАРНИРЫ

ТТК 2014	Спагетти отварные (с маслом растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254
ТТК 2016	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,95	6,5	50,25	291
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80
		сред.	6,19	5,39	34,05	208

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

20/15 2,14 0,3 15,38 79

Директор
Калькулятор
Зав. производством

Итого с
самост.бл 73,00
юдом-
73,00

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn

8-(800)-234-33-88



Меню

№Сб. рет 2 день

Наименование блюд

выход стоимост.бл белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	134
ТТК 2016	Салат "Столичный" с соусом Переменка	80	5,3	12,9	5,4	159
ТТК 2016	Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/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
	сред.		3,10	7,92	9,38	122

1-ые БЛЮДА

82/2015	Борщ со свеж. капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10	3,9	8,2	12,8	142
---------	---	-----------	-----	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Бифштекс по-домашнему	90	13,5	12,22	8,5	195
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) с соусом Переменка	90/10	22	30,1	1,70	365
ТТК 2022	Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
	сред.		17,05	17,65	3,94	242
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
	сред.		18,00	22,65	25,20	377

ГАРНИРЫ

ТТК 2016	Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
ТТК 2014	Макаронные изделия отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,13	248
139/2015	Капуста тушёная	180	4,21	7,4	18	159
	сред.		5,19	6,43	36,38	225

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
33/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,1	30,56	128
	сред.		0,50	0,04	19,28	80

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

15/15 1,89 0,3 14,13 68

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88



Меню

№Сб. рел. **5-ый день**

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75		5,2	10,5	7,8	132
49/2004 Салат из моркови с яблоками	100		0,99	10,14	8,80	132
67/2015 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
	сред.		1,89	7,27	8,99	110

1-ые БЛЮДА

103/2015 Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
--	-----	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Котлеты "Пожарские"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
ТТК 2022 Нагетсы куриные	5шт/80		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		14,99	13,97	5,11	205
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
ТТК 2019 Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	сред.		18,13	22,61	38,85	434

ГАРНИРЫ

ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
ТТК 2016 Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	291
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		5,35	6,66	31,05	204

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	
ТТК 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,95	41

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Итого с
самост.бл **73,00**

Итого- **73,00**

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn

8-(800)-234-33-88



Меню

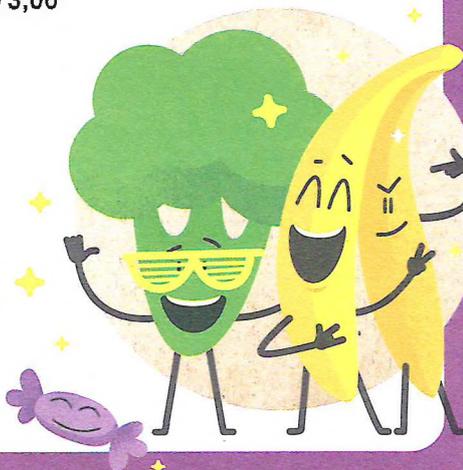
№Сб.рей 2/день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 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	9,5	1,50	118
37/2015 Салат картофельный с огурцами, зелёным горошком	100/5		1,46	5,3	9,83	99
21/2003 Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	сред.		2,17	7,41	9,16	113
1-ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,33	6,4	7,56	128
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
ТТК 2019 Цыплята запечённые	110		29,4	26,9	1,1	365
ТТК2022 Чахохбили из куриных грудок	60/50		12,6	16,6	7	229
	сред.		19,13	18,08	4,18	256
ТТК 2021 Плов с куриными грудками, огурец солёный -доп.гарнир	50/150/50		13,4	21,5	40	412
ТТК 2022 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	сред.		17,50	28,40	34,80	469
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
ТТК2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
ТТК2016 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
348/2015 Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
	сред.		0,53	0,04	19,35	81
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
	Итого с					
	самост.бл	73,00				
	юдом-					
	Итого-	73,00				



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

Меню

№Сб. рел **7 день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК2022 Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консерв., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
ТТК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		2,94	6,42	10,49	113
1-ые БЛЮДА						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
243/2015 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.		14,25	16,26	3,68	218
ТТК2022 Картофель тушёный с фаршем	200		14,9	17,0	27,5	322
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/25		26,3	28,9	44,1	366
	сред.		20,60	22,95	35,80	344
ГАРНИРЫ						
ТТК2020 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
139/2015 Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,12	6,20	23,62	169
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
701/2004 Напиток яблочный	200		0,1	0,1	26,4	106
	сред.		0,08	0,05	17,27	70
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

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



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88



