

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

Меню

"Утверждаю"

Заместитель Заведующего директором
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

2 - я неделя СЕНТЯБРЬ

с 5 по 10 сентября, с 19 по 24 сентября 2022г,

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	КАКА
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
тк 2019 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
тк 2015 Яйцо под соусом "Переменка"	48/10		6,4	11,3	0,8	130
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	100		1,1	0,2	3,8	24
45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
тк 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	100		7,36	15,0	11,14	210
	сред.		3,22	7,29	8,74	115

1-ые БЛЮДА

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

ВТОРЫЕ БЛЮДА

тк 2020 Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,47	173
тк 2019 Рыба (филе) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,94	212
тк 2022 Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	80/5		25,3	24,14	0,411	321
тк 2020 Голень куриная в томатном соусе	100		24,5	25,4	2,22	337
	сред.		19,80	18,62	3,26	261
тк 2016 Лазанья с мясом	160		17,7	24,1	25,9	410
тк 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
тк 2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/40		12,8	10,1	78	455
	сред.		16,96	22,51	43,95	454

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
139/2015 Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		5,04	6,37	29,17	195

НАПИТКИ

тк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8					32
348/2015 Компот из фруктов сушеных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
	сред.		0,50	0,04	19,28	80
Хлеб пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		1,89	0,3	14,13	75

Итого с
самост.бл
Итого-
73,00
73,00

Хлеб пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Калькулятор

Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



Меню



№Сб.рей 2 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Сб.2013 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	131
23/2015 Салат из свежих помидоров (с луком)	100	1,05	6,18	3,61	77
ТТК 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100	2,08	15,24	6	170
ТТК 2017 Салат "Успех" (огурцы свежие, яйцо, сыр, соус Переменка)	80	3,6	6,032	1,44	74
сред.		2,68	6,57	7,64	102

1-ЫЕ БЛЮДА

82/2015 Борщ со свежей капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5	3,75	7,5	12,57	133
--	----------	------	-----	-------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20	12,3	11,9	8,9	189
ТТК 2020 Рыба (филе) по-итальянски с сыром	75/5	13,8	8,2	3	141
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90	13,9	17,9	1,40	221

сред. 13,32 12,67 4,43 184

ТТК 2022 Грудки куриные по-французски	180	17	29,0	16,9	397
---------------------------------------	-----	----	------	------	-----

ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/25	21,4	25,3	38,5	468
---	--------	------	------	------	-----

сред. 19,21 27,15 27,70 433

ГАРНИРЫ

304/2015 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
-----------------------	-----	-----	-----	----	-----

202/2015 Макароны изделия отварные с маслом	180/3	6,8	7,5	43,16	268
---	-------	-----	-----	-------	-----

сред. 5,70 7,02 45,58 269

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10	0,5	0,0	13,28	56
---	----------	-----	-----	-------	----

ТТК 2021 Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
-------------------------------	-----	------	--	------	----

сред. 0,26 0,02 11,74 49

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	1,89	0,3	14,13	75
---	-------	------	-----	-------	----

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

№Сб. рет 3-ий день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

сб.2013	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
ткк 2015	Яйцо под соусом "Переменка"	48/10	6,4	11,3	0,8	130
ткк2019	Ассорти овощное (огурцы,помидоры свежие, масло растит.)	40/40/5	0,9	5,15	2,85	62
10/2001	Салат из моркови с яблоками	100	0,99	10,14	8,80	132
ткк2013	Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами	100	1,29	10,1	3,61	111
	сред.		2,01	7,43	5,56	98

1-ые БЛЮДА

103/2015 Суп картофельный с вермишелью,с куриными грудками	250/10	4,61	4,5	21,1	144
--	--------	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ткк2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20	11,8	13,6	7,91	200
ткк 2021 Гуляш из филе грудок индейки	45/45	9	11,3	1,9	146
ткк 2021 Рыба (филе) запечённая	75	17,3	9,9	3,3	171
ткк 2022 Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20	16,6	20,7	4,3	266
	сред.	13,68	13,88	4,35	196

ткк 2022 Плов с говядиной	40/150	11,6	14,6	40,1	341
ткк2019 Рыбный киш	150	21,5	26,7	30,5	450
	сред.	16,55	20,65	35,30	396

ГАРНИРЫ

ткк 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150	3,5	8,2	28,4	202
302/2016 Каша гречневая рассыпчатая	180	7,95	6,5	50,3	291
ткк 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	80	3,12	2,88	7,04	64
	сред.	4,86	5,86	28,58	186

НАПИТКИ

ткк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ткк 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	15/15	1,89	0,3	14,13	68
---	-------	------	-----	-------	----

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



№Сб. рет 4 день

Меню



Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углеводов ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Сб.2013	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11
ТТК 2016	Салат "Каприз" (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, м/растит.)	80	2,2	9,6	4,5	115
45/2015	Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100	1,55	5,1	9,41	91
	сред.		1,23	3,82	6,89	68

1-ые БЛЮДА

88/2015	Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5	3,43	6,5	7,42	103
---------	---	----------	------	-----	------	-----

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	1,94	204
ТТК 2019	Цыплята запеченные	100	26,7	24,5	1	332
ТТК 2022	Чахохбили из куриных грудок	70/50	14,5	19,1	6,9	258
	сред.		18,72	16,51	3,82	238

ТТК 2021	Гречка с фаршем и овощами	200	18,1	15,1	48	400
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	200	24	39,2	32,9	584
	сред.		21,05	27,15	40,45	492

ГАРНИРЫ

309/2015	Спагетти отварные (с маслом слив.)	180	6,77	5,4	43,14	248
541/2004	Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178
304/2015	Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
	сред.		4,91	7,02	37,11	232

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,12	0,03	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,87	41

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

Итого с
самост. бл
юдом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и общественного питания в Казани»



Меню



№СБ. рел 5 день

Наименование блюд

выход стоимост белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

сб.2013 Десерт фруктовый (яблоки)	80	0,32	0,32	7,8	38
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	80	0,88	0,2	3,04	19
53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100	1,21	5,2	10,9	96
ТТК 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100	1,05	10,1	15,6	158
сред.		0,87	3,94	9,34	78

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	178
ТТК 2021 Котлеты "Школьные" с соусом томатным	80/20	11,5	11,23	8,52	178
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/10	13,8	17,9	1,40	227
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
ТТК 2021 Гуляш из филе грудок индейки	50/50	10	12,6	2,1111	162
сред.		12,63	14,48	3,11	192
438/2004 Азу с говядиной	50/150	17,2	21,0	19	334
ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	4шт/140/30	37,4	11,3	45,13	438
сред.		27,30	16,15	32,07	386

ГАРНИРЫ

312/2015 Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,46	178
303/2015 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
139/2015 Капуста тушеная	180	4,21	7,4	18	158
сред.		4,12	6,20	23,62	168

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
348/2015 Компот из плодов сушеных (урук)	200	1	0,1	30,56	128
сред.		0,50	0,04	19,28	80

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню



№Сб. реп 6 день

СУББОТА ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

23/2015	Салат из свежих помидоров (с луком)	100	1,11	6,18	4,62	81
тتك 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/15	21,4	22,5	38,3	442
тتك 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
тتك 2019	Печенье сдобное Американер с кунжутом	2шт/30	1,8	8,4	19,14	146
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,3	14,13	68
	Итого-	73,00	26,20	37,35	84,2	769

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

