

"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

1 - я неделя НОЯБРЬ

с 7 по 12 ноября, с 21 по 26 ноября 2022г,

№Сб.реу 1 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

| | | | | | | |
|----------|--|-------|-------------|-------------|--------------|----------|
| Сб.2013 | Плоды свежие (яблоки) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 5 |
| ТТК 2019 | Бутерброд с маслом (батон) | 30/15 | 2,4 | 11,7 | 15,50 | 1 |
| 47/2015 | Салат из квашеной капусты | 100 | 1,6 | 5,1 | 8,24 | 8 |
| ТТК 2015 | Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.) | 100 | 1,05 | 10,1 | 15,6 | 1 |
| ТТК 2016 | Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст. | 75 | 5,2 | 10,5 | 7,8 | 1 |
| | сред. | | 2,15 | 7,57 | 11,78 | 1 |

1-ЫЕ БЛЮДА

| | | | | | | |
|----------|--|--------|------|-----|------|---|
| 102/2015 | Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы | 250/11 | 7,76 | 7,2 | 19,4 | 1 |
|----------|--|--------|------|-----|------|---|

ВТОРЫЕ БЛЮДА

| | | | | | | |
|----------|---------------------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|-----------|
| ТТК 2020 | Ёжики мясные с рисом в соусе томатном | 60/40 | 9,57 | 10,4 | 9,23 | 16 |
| ТТК 2019 | Рыба (филе) по-Московски | 70/20 | 18 | 13,8 | 2 | 20 |
| ТТК 2021 | Грудка куриная в томатном соусе | 50/50 | 9,9 | 10,6 | 3,6 | 15 |
| | сред. | | 12,49 | 11,61 | 4,94 | 17 |
| ТТК 2021 | Плов с говядиной | 40/160 | 11,9 | 15,0 | 42,76 | 35 |
| ТТК 2016 | Буритос с курицей и сыром | 170 | 20,4 | 33,3 | 28 | 49 |
| ТТК 2019 | Рыбный киш | 170 | 24,4 | 30,22 | 34,944 | 51 |
| | сред. | | 18,89 | 26,17 | 35,23 | 45 |

ГАРНИРЫ

| | | | | | | |
|----------|--------------------------------------|-----|-------------|-------------|--------------|-----------|
| ТТК 2016 | Каша гречневая вязкая | 180 | 4,2 | 5,6 | 26,41 | 17 |
| ТТК 2014 | Макаронные изделия отварные (с м/р) | 180 | 6,77 | 5,4 | 43,13 | 24 |
| ТТК 2020 | Овощная смесь (Европейская) отварная | 100 | 3,9 | 3,6 | 8,8 | 8 |
| | сред. | | 4,96 | 4,84 | 26,11 | 16 |

НАПИТКИ

| | | | | | | |
|----------|-------------------------------------|-------|-------------|-------------|-------------|-----------|
| ТТК 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | 8 | 3 |
| ТТК 2021 | Компот из свежих плодов (яблоки) | 200 | 0,08 | 0,1 | 11,9 | 4 |
| | сред. | | 0,04 | 0,04 | 9,95 | 40 |

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Директор

Калькулятор

Зав. производством

Итого с
ваност. бл
кудом-

Итого- 73,00

8(800)234-33-88

@depta.kzn

Меню

№Сб. прг 2 день

Наименование блюд

выход стоимост белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

| | | | | | | |
|----------|--|-------|------|-------|-------|-----|
| Сб.2013 | Флоды 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 | 130 |
| 52/2015 | Салат из отварной свеклы с маслом растит. | 100 | 1,43 | 6,09 | 8,36 | 94 |
| ТТК 2016 | Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.) | 100 | 2,08 | 15,24 | 6 | 170 |
| ТТК 2016 | Салат "Столичный" с соусом Переменка | 80 | 5,3 | 12,9 | 5,4 | 159 |

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 с соусом томатным | 80/20 | 12,3 | 11,9 | 8,9 | 189 |
| ТТК 2021 | Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) | 90 | 17,2 | 15,4 | 1,10 | 210 |
| 260/2015 | Гуляш из говядины | 50/50 | 15,2 | 17,7 | 2,84 | 231 |
| ТТК 2021 | Рыба (филе) запеченая с сыром,соусом Переменка | 70/5/5 | 17,5 | 10,6 | 2,7 | 175 |
| | | сред. | 15,54 | 13,90 | 3,89 | 201 |

| | | | | | | |
|----------|---|--------|-------|-------|-------|-----|
| ТТК 2020 | Пельмени "Для Умников и умниц"отварные с маслом | 160/5 | 19 | 16,3 | 33,5 | 357 |
| ТТК 2021 | Жаркое из птицы (грудки куриные) | 50/150 | 16,1 | 16 | 21,5 | 295 |
| | | сред. | 17,55 | 16,15 | 27,50 | 326 |

ГАРНИРЫ

| | | | | | | |
|----------|---------------------------|-------|------|------|-------|-----|
| ТТК 2021 | Пюре картофельное | 180 | 3,94 | 5,6 | 26,46 | 175 |
| ТТК 2014 | Спагетти отварные (с м/р) | 180 | 6,77 | 5,4 | 43,14 | 248 |
| 139/2015 | Капуста тушёная | 180 | 4,21 | 7,4 | 18 | 159 |
| | | сред. | 4,97 | 6,13 | 29,20 | 194 |

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

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

3-ий день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

| №Сб. рец. | Наименование блюд | выход | стоимость | белки | жиры | углев. | ККА |
|-----------|---|--------------|-----------|-------------|-------------|-------------|----------|
| сб.2013 | Фрукты свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 5 |
| 47/2015 | Салат из квашеной капусты | 100 | | 1,6 | 5,1 | 8,24 | 8 |
| 68/2015 | Винегрет овощной | 100 | | 1,22 | 10,16 | 7,17 | 1 |
| ттк 2019 | Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.) | 80 | | 5,2 | 7,2 | 1,70 | 9 |
| ттк 2015 | Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.) | 100 | | 1,05 | 10,1 | 15,6 | 1 |
| | | сред. | | 1,91 | 6,60 | 8,89 | 1 |

1-ые БЛЮДА

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

ВТОРЫЕ БЛЮДА

| | | | | | | | |
|----------|--|--------------|--|--------------|--------------|--------------|------------|
| ттк 2021 | Котлеты "Пожарские" с соусом томатным | 80/20 | | 11,5 | 11,2 | 8,52 | 1 |
| ттк 2022 | Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом | 70/5 | | 19,1 | 19,1 | 2,5 | 2 |
| ттк 2021 | Рыба запеченая (филе) | 75 | | 17,3 | 10,0 | 3,3 | 1 |
| ттк 2022 | Нагетсы куриные с соусом томатным | 5шт/80/20 | | 16,6 | 20,7 | 4,3 | 2 |
| | | сред. | | 16,12 | 15,26 | 4,66 | 2 |
| ттк 2021 | Запеканка картофельная с мясом | 200 | | 14,4 | 18,3 | 27,667 | 3 |
| ттк 2021 | Вареники с творогом, со сгущённым молоком | 200/20 | | 27,3 | 9,6 | 57,7 | 4 |
| | | сред. | | 20,87 | 13,97 | 42,68 | 380 |

ГАРНИРЫ

| | | | | | | | |
|----------|--------------------------------------|--------------|--|--------------|--------------|-------------|------------|
| ттк 2016 | Картофель запечённый (с паприкой) | 180 | | 4,2 | 9,9 | 34,1 | 2 |
| ттк 2016 | Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48 | 2 |
| ттк 2020 | Овощная смесь (Европейская) отварная | 100 | | 3,9 | 3,6 | 8,8 | 8 |
| | | сред. | | 12,70 | 20,00 | 90,9 | 591 |

НАПИТКИ

| | | | | | | | |
|----------|-------------------------------------|--------------|--|-------------|-------------|--------------|----------|
| ттк 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | | 8 | 3 |
| 699/2004 | Напиток Лимонный | 200 | | 0,14 | | 24,43 | 10 |
| | | сред. | | 0,07 | 0,00 | 16,22 | 6 |

| | | | | | | | |
|--|---|-------|--|------|-----|-------|---|
| | Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 15/15 | | 1,89 | 0,3 | 14,13 | 6 |
|--|---|-------|--|------|-----|-------|---|

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

№Сб. пер 4 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

| № | Наименование блюд | выход | стоимость | белки | жиры | угл.в. | ККА |
|----------|---|--------------|-------------|-------------|--------------|--------|-----|
| сб.2013 | Фрукты свежие (яблоки) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | | |
| 37/2015 | Салат картофельный с солён.огурцами, зелёным горошком | 100/5 | 1,46 | 5,3 | 9,83 | | |
| ТТК2022 | Салат "Бурячок" (свекла отвар.,яблоки,кукуруза консер.,масло раст.) | 100 | 1,5 | 8,6 | 9 | | |
| ТТК 2021 | Салат с фасолью (фасоль консер,морковь отв,огурцы солён,м/раст.) | 100 | 3,1 | 8,4 | 8,6 | | |
| ТТК 2019 | Бутерброд с маслом (батон) | 30/15 | 2,4 | 11,7 | 15,50 | | |
| | | сред. | 1,79 | 6,89 | 10,94 | | |

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 | | |
|---------|--|-----------|------|-----|------|--|--|

ВТОРЫЕ БЛЮДА

| | | | | | | | |
|----------|--|--------------|--------------|--------------|-------------|--|--|
| ТТК 2021 | Рыба запечённая с овощами | 75/25 | 15,8 | 9,9 | 2,61 | | |
| ТТК 2021 | Люля кебаб с соусом томатным | 80/20 | 14,5 | 14,2 | 6,91 | | |
| ТТК 2021 | Гуляш из куриных грудок | 50/50 | 14,6 | 15,3 | 3,235 | | |
| ТТК2020 | Голень куриная запечённая в сливочном маринаде | 90 | 22,7 | 33,0 | 1,8 | | |
| | | сред. | 16,92 | 18,10 | 3,64 | | |

| | | | | | | | |
|----------|---------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--|--|
| ТТК 2021 | Голубцы ленивые | 200 | 15,8 | 21,8 | 24,7 | | |
| ТТК 2016 | Буритос с курицей и сыром | 170 | 20,4 | 33,3 | 28 | | |
| | | сред. | 18,10 | 27,55 | 26,35 | | |

ГАРНИРЫ

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--|--|
| ТТК2016 | Каша гречневая вязкая | 180 | 4,2 | 5,6 | 26,41 | | |
| ТТК2014 | Макаронные изделия отварные (с м/р) | 180 | 6,77 | 5,4 | 43,13 | | |
| ТТК | Картофель тушёный | 180 | 3,9 | 12,7 | 29,4 | | |
| | | сред. | 4,96 | 7,89 | 32,98 | | |

НАПИТКИ

| | | | | | | | |
|----------|--|--------------|-------------|-------------|-------------|--|--|
| ТТК 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/7 | 0,05 | | 8,13 | | |
| ТТК 2021 | Напиток из шиповника | 200 | 0,01 | | 10,2 | | |
| | | сред. | 0,03 | 0,00 | 9,17 | | |

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

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

№Сб. рей 5 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

| | выход | стоимость | белки | жиры | углев. | ККА |
|--|--------------|-----------|-------------|-------------|--------------|-----------|
| Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 5 |
| №3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном) | 25/15 | | 6,2 | 4,9 | 15,4 | 13 |
| 53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.) | 100 | | 1,21 | 5,2 | 10,9 | 9 |
| 68/2015 Винегрет овощной | 100 | | 1,22 | 10,16 | 7,17 | 12 |
| ТТК 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.) | 100 | | 1,05 | 10,1 | 15,6 | 13 |
| | сред. | | 2,03 | 6,16 | 12,17 | 11 |

1-ые БЛЮДА

| | | | | | | |
|--|-------|--|------|-----|------|----|
| 96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/5 | | 2,42 | 6,1 | 17,1 | 13 |
|--|-------|--|------|-----|------|----|

ВТОРЫЕ БЛЮДА

| | | | | | | |
|--|--------|--|------|------|------|----|
| ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка | 70/5/5 | | 17,5 | 10,6 | 2,7 | 17 |
| ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) | 90 | | 17,2 | 15,4 | 1,10 | 21 |
| ТТК 2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным | 80/20 | | 11,8 | 13,6 | 7,91 | 20 |
| ТТК 2020 Говядина со стручковой фасолью | 40/50 | | 15,6 | 21,6 | 4 | 27 |

сред. 15,53 15,31 3,93 21

| | | | | | | |
|---|--------------|--|--------------|--------------|--------------|-----------|
| ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком | Зшт/105/20 | | 28,7 | 8,6 | 33,6 | 33 |
| ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом | 160/5 | | 19 | 16,3 | 33,5 | 35 |
| | сред. | | 23,85 | 12,45 | 33,55 | 34 |

ГАРНИРЫ

| | | | | | | |
|------------------|-----|--|------|-----|------|----|
| ТТК Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48 | 26 |
| ТТК Рагу овощное | 180 | | 3,36 | 9,2 | 20,2 | 17 |

сред. 3,98 7,85 34,10 22

НАПИТКИ

| | | | | | | |
|---|--------------|--|-------------|-------------|-------------|-----------|
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/7 | | 0,05 | | 8,13 | 34 |
| ТТК 2021 Компот из замороженной вишни | 200 | | 0,14 | 0,0 | 11,2 | 46 |
| | сред. | | 0,10 | 0,01 | 9,67 | 40 |

| | | | | | | |
|---|-------|--|------|-----|-------|----|
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/15 | | 2,14 | 0,3 | 15,38 | 79 |
|---|-------|--|------|-----|-------|----|

Итого с
самост.бл 73,00

Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

Меню

Ланч

№Сб. пер 6 день

СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

| | | | | | | |
|----------|---------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-----------|
| Сб.2013 | Плоды свежие (яблоки) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 59 |
| 243/2015 | Сосиски отварные | 2шт/100 | 10,4 | 20,1 | 0,8 | 22 |
| ткк 2014 | Спагетти отварные (м/сл.) | 180 | 6,8 | 3,9 | 43,2 | 23 |
| ткк 2021 | Компот из урюка | 200 | 0,05 | | 8,13 | 34 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| | Итого- | 73,00 | 18,73 | 24,65 | 72,89 | 59 |



Директор
Калькулятор
Зав. производством

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

818001254-33-88

818001254-33-88

