

"Согласовано"

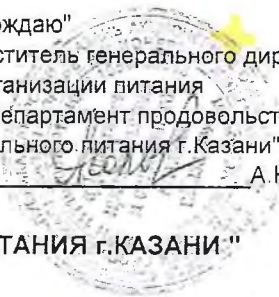
Директор Общеобразовательного учреждения



# 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

с 6 по 11 ноября, с 20 по 25 ноября 2023 г

1 - я неделя НОЯБРЬ

№сб.реш 1 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

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

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 2016	Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5	6,5	11,30	1,10	132
ТТК 2023	<b>Салат-бар</b>	100	2,5	6,1	10,42	108
	капуста свежая	40				
	морковь свежая	40				
	фасоль консервированная	10				
	сухарики из пшеничного хлеба	5				
	масло растительное	5				
	<b>сред.</b>		<b>1,79</b>	<b>6,10</b>	<b>12,57</b>	<b>114</b>

## 1-ые БЛЮДА

ТТК2023	Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
97/2015	Суп картофельный	250	2,52	3,0	19,8	117

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023	Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019	Рыба (филе) по-Московски	80/20	20,2	14,5	1,9	220
ТТК 2021	Грудка куриная в томатном соусе	45/45	8,9	9,5	3,3	135
	<b>сред.</b>		<b>13,83</b>	<b>12,50</b>	<b>4,33</b>	<b>185</b>
ТТК 2021	Плов с говядиной	40/120	11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	150	18,00	29,40	24,70	438
ТТК 2019	Рыбный киш	170	24,40	30,20	34,60	600
	<b>сред.</b>		<b>17,83</b>	<b>24,30</b>	<b>31,27</b>	<b>448</b>

## ГАРНИРЫ

ТТК2016	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014	Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248
ТТК2016	Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	120	4,68	4,32	10,56	96
	<b>сред.</b>		<b>5,07</b>	<b>5,45</b>	<b>32,02</b>	<b>197</b>

## НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
ТТК 2021	Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,10</b>	<b>0,01</b>	<b>9,64</b>	<b>40,0</b>

Директор

Калькулятор

Утверждено пшеничный/хлеб пшеничный 1с

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Итого с самост.бл юдом-	79,00	21,61	30,66	67,61	670
Итого-	79,00	22,68	24,31	72,69	603

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

# Меню

№Сб. пер 2 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

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

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 2016	Салат с фасолью (фасоль к/с, морковь отвар., огурцы солен., м/рас)	80	2,44	6,7	6,8	98
ТТК 2023	<b>Салат-бар</b>	100	2	6,2	8,5	99
	капуста квашеная	40				
	морковь свежая	40				
	зелёный горошек консервированный	10				
	сухарики из пшеничного хлеба	5				
	масло растительное	5				

**сред. 2,78 4,57 10,63 96**

## 1-ые БЛЮДА

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

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021	Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	80	15,2	15,3	1,07	201
ТТК2022	Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021	Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменная	80/5/10	19,8	14,2	3,2	221

**сред. 14,57 13,95 4,02 200**

ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменная	160/20	19	23,7	34,3	427
ТТК2023	Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120	10,3	10,9	21,6	226

**сред. 14,65 17,30 27,95 327**

## ГАРНИРЫ

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

**сред. 5,21 6,68 36,45 228**

## НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК2023	Напиток из вишни	200	0,12	0,0	11,6	48

**сред. 0,06 0,02 9,80 40,00**

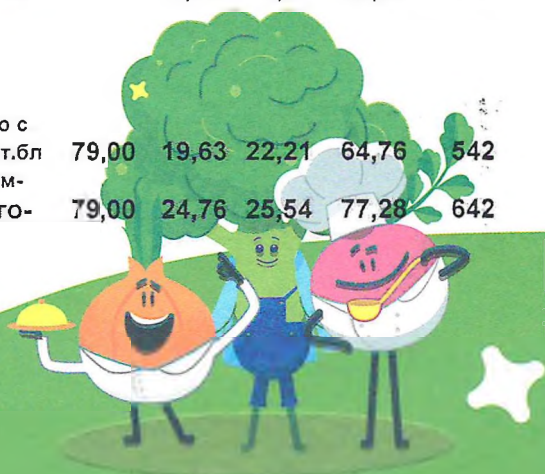
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с 20/15 2,14 0,3 16,38 79

Итого с  
самост.бл  
юдом-  
Итого- 79,00 19,63 22,21 64,76 542  
79,00 24,76 25,54 77,28 642

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



№СБ. рец.

3-ий день

# Меню

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

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

338/2015	Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
ТТК 2021	Салат Прага (филе курин., морковь, огурцы солён., яйцо, соус Перем)	70	4,4	8,30	1,3	98
ТТК 2023	<b>Салат-бар</b>	100	2,2	6,2	10,9	109
	капуста свежая	40				
	свекла отварная	40				
	кукуруза консервированная	10				
	сухарики из пшеничного хлеба	5				
	масло растительное	5				
№1/2015	Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
	<b>сред.</b>		<b>2,37</b>	<b>6,67</b>	<b>9,88</b>	<b>110</b>

## 1-ые БЛЮДА

ТТК2023	Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
103/2015	Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10	7	6,3	26,4	191

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Котлеты "Школьные"	90	11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2022	Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5	19,1	19,1	2,5	260
ТТК 2020	Рыба запеченая	75	17,30	9,90	3,3	171
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>14,57</b>	<b>14,75</b>	<b>4,05</b>	<b>207</b>
ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	3шт/105/30	28	9,4	42,5	371
ТТК 2021	Залежанка картофельная с мясом, маслом	180/5	13	20,0	24,9	331
	<b>сред.</b>		<b>20,50</b>	<b>14,70</b>	<b>33,70</b>	<b>351</b>

## ГАРНИРЫ

ТТК2016	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ТТК2016	Картофель запеченный (с паприкой)	150	3,51	8,25	28,417	202
ТТК2014	Макаронные 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>4,53</b>	<b>5,63</b>	<b>26,71</b>	<b>176</b>

## НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
648/2004	Напиток яблочный	200			13,1	53
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,55</b>	<b>43</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

15/15 1,89 0,25 14,13 68

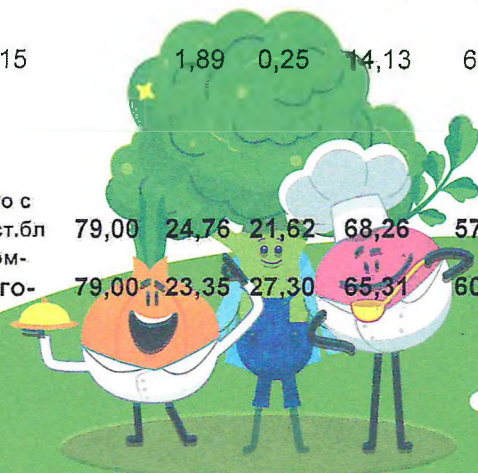
Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Итого с	79,00	24,76	21,62	68,26	572
самост.бл					
юдом-					
Итого-	79,00	23,35	27,30	65,31	604



# Меню

№Сб. рел 4 день

Наименование блюдо	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ТТК 2021 Салат "Столичный" с соусом Переменка	75	4,97	12,09	5,06	25	149
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4		131
	<b>сред.</b>	<b>3,52</b>	<b>5,87</b>	<b>9,99</b>		<b>108</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86		102
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	2,56	6,9	17,26		134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30	19	11,9	3,1		196
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8		216
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,20		209
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1		332
	<b>сред.</b>	<b>18,53</b>	<b>16,60</b>	<b>3,83</b>		<b>238</b>
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200	18,1	15,1	48		400
ТТК 2021 Плов с куриными грудками	50/150	18,9	22,1	40		442
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	150	0,00	0,00	0,00		0,00
	<b>сред.</b>	<b>12,33</b>	<b>12,40</b>	<b>29,33</b>		<b>281</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
ТТК2020 Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44		175
	<b>сред.</b>	<b>5,09</b>	<b>6,06</b>	<b>39,18</b>		<b>233</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13		34
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,15		46
	<b>сред.</b>	<b>0,10</b>	<b>0,01</b>	<b>9,64</b>		<b>40</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13		68

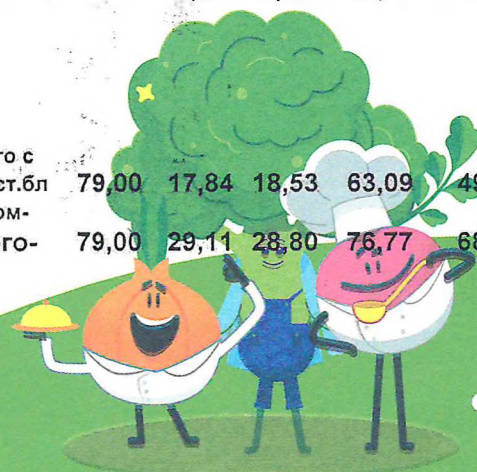
Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Итого с  
самост.бл  
юдом-  
Итого- 79,00 17,84 18,53 63,09 497  
79,00 29,11 28,80 76,77 687



# Меню

№Сб. рет **5 день**

## Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

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

338/2015	Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
612/2004	Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016	Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75		5,52	11,25	8,36	158
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					
	<b>сред.</b>			<b>2,63</b>	<b>7,36</b>	<b>10,82</b>	<b>121</b>

### 1-ые БЛЮДА

ТТК 2023	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

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2021	Шашлык из куриных грудок (с перемешкой, на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
ТТК 2023	Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2022	Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2020	Биточки рыбные из минтая	90		6,2	5,9	5,9	135
	<b>сред.</b>			<b>12,98</b>	<b>11,76</b>	<b>4,07</b>	<b>180</b>
ТТК 2017	Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
	<b>сред.</b>			<b>28,00</b>	<b>9,40</b>	<b>42,50</b>	<b>371</b>

### ГАРНИРЫ

ТТК 2016	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2014	Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2016	Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	<b>сред.</b>			<b>4,79</b>	<b>6,72</b>	<b>29,90</b>	<b>200</b>

### НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>			<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>9,17</b>	<b>38</b>

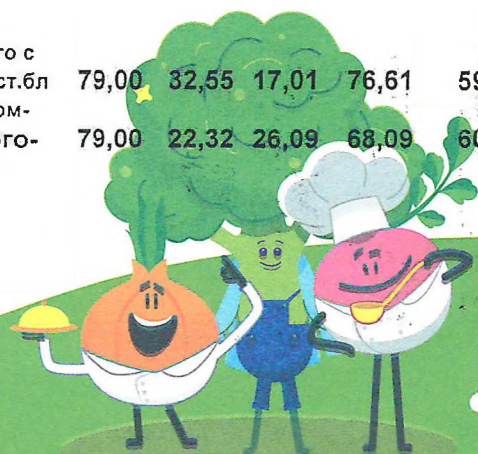
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15			1,89	0,25	14,13	68
---	-------	--	--	------	------	-------	----

Итого с							
самост. бл	79,00	32,55	17,01	76,61	598		
юдом-							
Итого-	79,00	22,32	26,09	68,09	606		

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 [poelidovolen.ru](http://poelidovolen.ru)



# Ланч ноябрь 1 неделя

# Меню

№Сб. рел 6 день

**СУББОТА**

## ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

338/2015	Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
тпк2014	Спагетти отварные (с м/сливоч.)	180	6,77	5,4	43,14	248
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>20,50</b>	<b>26,51</b>	<b>81,39</b>	<b>655</b>

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

