

"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 9 по 14 октября, с 23 по 28 октября 2023 г

1 - я неделя ОКТЯБРЬ

№Сб.руч 1 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2016 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					
	сред.	1,63	6,13	11,80	110	
1-ЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гренками, 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	85/20		21,4	14,9	1,9	227
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	сред.	14,57	13,00	4,43	192	
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
ТТК 2019 Рыбный киш	200		28,7	35,6	40,65	600
	сред.	20,07	27,41	34,37	467	
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	120		4,68	4,32	10,56	96
	сред.	5,07	5,45	32,02	197	
НАПИТКИ						
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
	сред.	0,07	0,01	9,58	39,0	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Итого с
самост. бл
юдом-
Итого-

79,00	23,90	33,87	172,12	695
79,00	23,47	24,90	74,21	617

Меню

№Сб. пр. 2 день

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
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023	Салат-бар	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				
	сред.		2,89	3,86	11,90	95

1-ые БЛЮДА

ТТК2023	Бульон куриный с птицей, гренками, 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)	90	17,1	17,2	1,20	226
ТТК2022	Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
ТТК 2021	Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10	19,8	14,2	3,2	221
	сред.		15,42	14,88	4,12	212
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/20	20,2	21,7	36,1	422
ТТК2023	Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120	10,3	10,9	21,6	226
	сред.		15,25	16,30	28,85	324

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

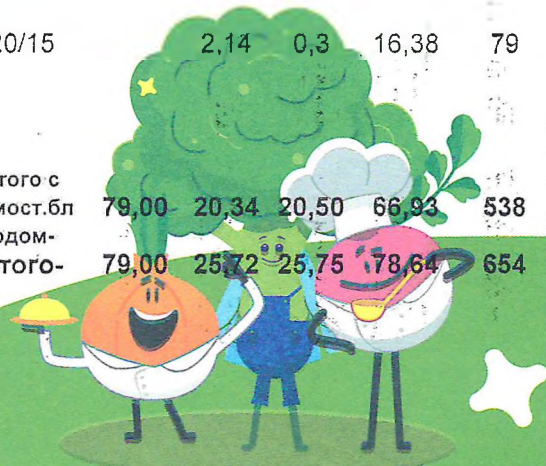
Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Итого с
самост. бл 79,00 20,34 20,50 66,93 538
юдом-
Итого- 79,00 25,72 25,75 78,64 654



Меню

№СБ. рец.

3-ий день

Наименование блюда

выход стоимость белки жиры углеводов ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды 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				
	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
		сред.	1,66	6,13	13,00	115

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 2021	Рыба запеченная (филе)	90	20,8	11,9	3,9	205
243/2015	Сосиски отварные с соусом Переменка	2шт/100/20	10,5	31,1	1,6	329
		сред.	15,47	18,00	4,40	242
ТТК2017	Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/30	28	9,4	42,5	371
ТТК 2021	Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5	13	20,0	24,9	331
		сред.	20,50	14,70	33,70	351

ГАРНИРЫ

ТТК2016	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
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
		сред.	4,70	6,04	28,13	186

НАПИТКИ

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

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

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

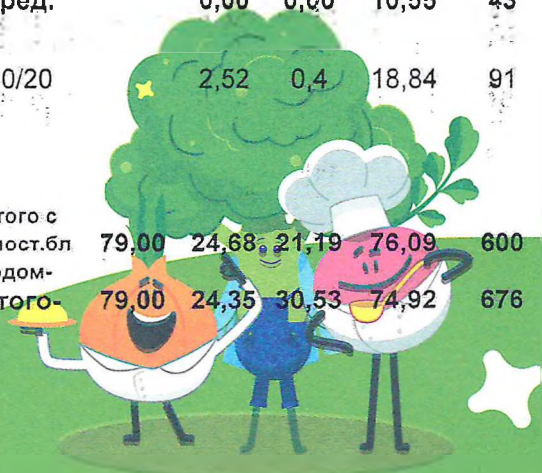
Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Итого с
самост.бл 79,00 24,68 21,19 76,09 600
юдом-
Итого- 79,00 24,35 30,53 74,92 676



Меню

№СБ. рел 4 день

Наименование блюд

выход стоимост белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015 Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
ТТК 2023 Салат-бар	100	1,9	6,2	9,2	102
помидоры свежие	40				
морковь свежая	40				
горошек зелёный консервированный	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131

сред. 2,86 3,86 12,13 96

1-ые БЛЮДА

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

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Рыба запечённая 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	60/40	17,3	17,3	2,60	236
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332
сред.		19,20	17,10	3,68	245

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	170	20,4	33,3	27,956	496
сред.		19,13	23,51	38,65	446

ГАРНИРЫ

ТТК2016 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,72	6,1	43,1	254
ТТК2021 Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44	175
сред.		5,09	6,06	39,18	233

НАПИТКИ

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

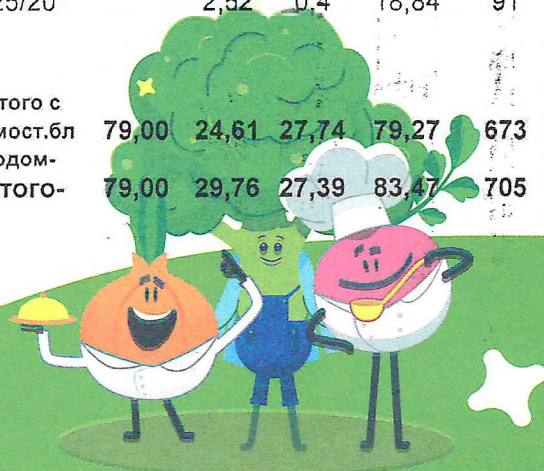
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с 25/20 2,52 0,4 18,84 91

Итого с
самост.бл 79,00 24,61 27,74 79,27 673
юдом-
Итого- 79,00 29,76 27,39 83,47 705

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

№Сб. рел 5 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
612/2004 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2023 Салат-бар	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					
	сред.		1,70	6,09	12,30	112
1-ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, 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) по-Итальянски с сыром	90/10		17,6	10,9	3,6	183
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
ТТК2020 Биточки рыбные из минтая	90		6,2	5,9	5,9	135
	сред.		13,68	12,56	4,37	191
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
	сред.		28,00	9,40	42,50	371
ГАРНИРЫ						
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
ТТК2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		4,79	6,72	29,90	200
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,01	0,00	9,10	37
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,52	0,4	18,84	91

Итого с самост.бл юдом-	79,00	32,22	15,88	82,74	611
Итого-	79,00	22,69	25,73	74,51	630

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



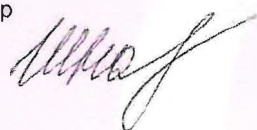
Меню

ЛАНЧ ОКТЯБРЬ 1 неделя

№Сб. рег 6 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ткк2014 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
Итого-	79,00	20,50	26,51	81,39	655	

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор





Директор
Калькулятор
Зав. производством

 8(800)234-33-88

 poelidovolen.ru

