

"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 27 февраля по 4 марта, с 13 по 18 марта, с 27 марта по 1 апреля 2023 г

2 -я неделя МАРТ

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
№1/2015	Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
47/2015	Салат из квашеной капусты (без лука)	100		1,6	5,1	8,24	88
21/2003	Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
ТТК 2016	Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70		4,85	9,8	7,28	137
		сред.		2,11	7,42	9,60	115

1-ЫЕ БЛЮДА

сб.1983	Суп гороховый с гренками, 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		19	18,1	0,3	241
ТТК 2020	Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
		сред.		17,32	18,83	3,33	251
ТТК 2016	Лазанья с мясом	200		22,9	30,0	38,7	519
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	200		21,6	35,3	29,6	525
ТТК 2018	Блинчики п/ф со сгущённым молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
		сред.		18,50	24,43	44,13	472

ГАРНИРЫ

ТТК 2014	Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК 2016	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
		сред.		4,94	5,09	26,10	169

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

Утверждено-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Калькулятор
Зав. производством

Итого с
самост.бл
Итого-
73,00
73,00

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

Меню

№Сб. рд 2 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2016	Салат "Столичный" с соусом Переменка	80	5,3	12,9	5,4	159
52/2015	Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100	1,43	6,09	8,36	94
ТТК 2016	Яйцо под соусом Переменка с з/горошком	48/10/5	6,5	11,3	1,1	132
	сред.		3,97	7,12	8,01	113

1-ЫЕ БЛЮДА

82/2015	Борщ со свеж.капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5	3,8	7,5	12,6	134
---------	--	----------	-----	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Бифштекс по-домашнему	90	13,5	12,22	8,5	195
ТТК 2021	Рыба (филе) запеченая с сыром,соусом Переменка	70/5/5	17,5	10,6	2,7	175
ТТК 2022	Нагетсы куриные	5шт/80	16,3	19,7	2,82	250
260/2015	Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
	сред.		15,63	15,05	4,22	213
ТТК2022	Грудки куриные по-французски	200	18,9	32,2	18,778	441
	сред.		18,89	32,22	18,78	441,11

ГАРНИРЫ

ТТК2016	Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
ТТК2014	Макаронные изделия отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,13	248
ТТК2023	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
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
юдом-
Итого- 73,00



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen

Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn 8-(800)-234-33-88

Меню

№Об. рац. **Второй день**

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2016	Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70		4,85	9,8	7,28	137
ТТК 2016	Зелёный горошек порционно	30		0,93	0,1	1,95	42
612/2004	Икра кабачковая	50		1	4,5	3,9	60
67/2015	Винегрет овощной (без лука)	100		1,22	10,16	7,17	126
	сред.			1,68	4,98	6,02	76

1-ые БЛЮДА

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

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2021	Гуляш из филе грудок индейки	40/40		8	10,0	1,7	130
ТТК 2021	Рыба запеченая (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
ТТК 2021	Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
	сред.			13,47	11,78	3,95	175

ТТК 2021	Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5		13	20,0	25	331
ТТК 2019	Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	сред.			18,68	25,11	29,97	421

ГАРНИРЫ

ТТК 2016	Картофель запечённый (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	32
ТТК 2023	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

Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn ☎ 8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

Меню

№СБ. раг 4 день

Наименование блюда

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Флоды свежые (яблоко)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2019	Салат "Прага" (грудки курина., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
ТТК	Салат картофельный с морковью, з/горошком, яйцом (без лука)	100		2,8	7,2	10,2	117
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.		2,42	7,78	8,84	116

1-ые БЛЮДА

88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,33	6,4	7,4	120
---------	--	----------	--	------	-----	-----	-----

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	100		24,5	22,4	0,9167	304
ТТК2022	Чахохбили из куриных грудок	60/50		12,6	16,6	7	229
		сред.		17,90	16,95	4,13	241

ТТК 2021	Плов с куриными грудками	50/150		13,4	21,5	40	412
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
		сред.		17,50	28,40	34,80	469

ГАРНИРЫ

ТТК2014	Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
ТТК2021	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
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
		сред.		0,03	0,00	9,17	38

	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,5	21,05	102
--	---	-------	--	------	-----	-------	-----

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



Директор
Калькулятор
Зав. производством

Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn 8-(800)-234-33-88

#poelidovolen



Меню

№3Сб. рд 5 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Флоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК2022	Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
ТТК 2016	Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	150
612/2004	Икра кабачковая	50		1	4,5	3,9	60
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
		сред.		2,88	6,26	8,70	104

1-ые БЛЮДА

97/2015	Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
---------	------------------	-----	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Рыба (филе) запеченая 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		17,1	17,2	1,20	226
ТТК 2021	Фрикадельки мясные в соусе	55/50		12,5	14,9	5,2	205
ТТК 2021	Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
		сред.		13,69	12,64	4,46	186
ТТК 2021	Картофель тушёный с фаршем	200		14,9	17	27,5	322
ТТК2017	Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
		сред.		20,60	22,95	35,80	344

ГАРНИРЫ

ТТК2021г	Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
ТТК2016	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК2023	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	200/8				8	32
648/2004	Кисель из концентрата	200				13,1	53
		сред.		0,00	0,00	10,55	38

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

Ланч

№Сб. пер 6 день

СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
ТТК2014	Спагетти отварные (с м/р)	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-	73,00	20,42	26,43	79,4	646

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

Директор
Калькулятор
Зав. производством

Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

#poelidovolen