

"Согласовано"
Директор

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

Утверждаю

12 декабря 2022



Заместитель генерального директора
по организации питания
АО "Департамент продовольствия и
социального питания г.Казани"

А.К. Агапова
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

2 - я неделя ДЕКАБРЬ

с 12 по 17 декабря, с 26 по 31 декабря 2022 г

№СБ. per 1 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178	
47/2015 Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88	
49/2004 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100	1,05	10,1	15,6	158	
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75	5,2	10,5	7,8	147	
	сред.	2,15	7,57	11,78	125	
1-ЫЕ БЛЮДА						
Сб.1983 Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/10/11	10,5	7,0	24,31	202	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020 Ежики 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	20,2	19,4	0,32	257	
ТТК 2020 Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391	
	сред.	17,62	19,16	3,34	255	
ТТК 2016 Лазанья с мясом	180	21,2	28,9	36,1	496	
ТТК 2022 Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,6	525	
ТТК 2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/20	11,3	8,4	67	390	
	сред.	18,03	24,20	44,23	470	
ГАРНИРЫ						
ТТК 2014 Спагетти отварные (с маслом растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254	
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.	6,19	5,39	34,05	208	
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	20/15	2,14	0,3	15,38	79	

Итого с
самост.бл 73,00

юдом-
Итого- 73,00



Директор

Зав. производством

А.Ю. Морозов

Л.А. Абдрахманова

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

13 декабря 2022

№СБ. рв 2 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты 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
ТТК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
ТТК 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
52/2015 Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
	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	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 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
ТТК2022 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	сред.		17,05	17,65	3,94	242
ТТК2022 Грудки куриные по-французски	180		17	29,0	16,9	397
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
	сред.		18,00	22,65	25,20	377
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК2014 Макароны изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
139/2015 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
348/2015 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
Зав. производством

А.Ю. Морозов
Л.А. Абдрахманова

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

14 декабря 2022

№Сб. рел 3-ий день

Наименование блюда

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100	1,55	5,1	9,41	91	
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75	5,2	10,5	7,8	147	
49/2004 Салат из моркови с яблоками	100	0,99	10,14	8,80	132	
67/2015 Винегрет овощной	100	1,22	10,16	7,17	126	
сред.	сред.	1,89	7,27	8,99	110	

1-ые БЛЮДА

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

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Котлеты "Пожарские"	90	11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,235	209
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	75	17,3	10,0	3,3	171
ТТК 2022 Нагетсы куриные	5шт/80	16,6	20,7	4,3	266
сред.	сред.	14,99	13,97	5,11	205

ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,76	357
ТТК 2019 Рыбный киш	170	24,4	30,22	34,944	510
сред.	сред.	18,13	22,61	38,85	434

ГАРНИРЫ

ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242
ТТК 2018 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.	сред.	5,35	6,66	31,05	204

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.	сред.	0,04	0,04	9,95	41

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

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



Директор

Зав. производством

А.Ю. Морозов

Л.А. Абдрахманова

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

15 декабря 2022

№Сб. рей 4 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,43	0,48	11,76	56
ТТК 2019 Салат "Прага" (грудки куриные, морковь отвар., огурцы солёные, м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
37/2015 Салат картофельный с огурцами, зелёным горошком	100/5		1,48	5,3	9,83	93
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.		2,17	7,41	9,16	113
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	128
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	110		29,4	26,9	1,1	365
ТТК2022 Чахохбили из куриных грудок	60/50		12,6	16,6	7	229
	сред.		19,13	18,08	4,18	256
ТТК 2021 Плов с куриными грудками, огурец солёный -доп. гарнир	50/150/50		13,4	21,5	40	412
ТТК 2022 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	сред.		17,50	28,40	34,80	469
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
ТТК2016 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
348/2015 Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
	сред.		0,53	0,04	19,35	81
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
	Итого с					
	самост. бл	73,00				
	дом-					
	Итого-	73,00				



А.Ю. Морозов

Л.А. Абдрахманова

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

16 декабря 2022

№СБ. рел 5 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	58
ТТК2022 Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консерв., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
ТТК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
53/2013 Салат "Витаминный" (капуста блоч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		2,94	6,42	10,49	113
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	175
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	сред.		14,25	16,26	3,68	218
ТТК2022 Картофель тушёный с фаршем	200		14,9	17,0	27,5	322
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/25		26,3	28,9	44,1	366
	сред.		20,60	22,95	35,80	344
ГАРНИРЫ						
ТТК2020 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
139/2015 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, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
701/2004 Напиток яблочный	200		0,1	0,1	26,4	106
	сред.		0,08	0,05	17,27	70
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

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



Директор
Зав. производством

А.Ю. Морозов

Л.А. Абдрахманова

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

17 декабря 2022

Ланч

№Сб. рвг 6 день

СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
ткк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/10	21,4	21,5	37,8	431
ткк 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,2	46
Хлеб ржано-пшеничный	40	2	0,4	18	88
Итого-	73,00	24,02	22,40	78,8	621

Начальник отдела по организации питания

Зав. производством

Калькулятор



Директор
Зав. производством

А.Ю. Морозов

Л.А. Абдрахманова