

"Согласовано"
Директор
общеобразовательного учреждения



Меню

"Утверждаю"
Заместитель генерального директора
по организации питания
АО "Департамент продовольствия и
социально-политического питания
и социального обслуживания
г. Казани"
И. К. Агапова

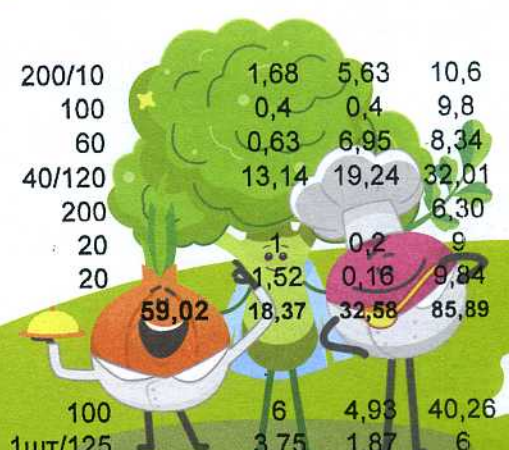


МЕНЮ

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & skill) ГИМНАЗИЯ № 3
с 10 по 14 января, с 24 по 28 января 2022 года

1 неделя (ЯНВАРЬ)

№ Сб.реп	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Завтрак							
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
14/2015	Масло сливочное порциями	10	0,08	7,25	0,13	66	
№ 173/2015г	Каша вязкая молочная из манной крупы с маслом	150/5	5,72	5,08	31,64	202	
379/2015	Кофейный напиток с молоком	200	3,3	1,51	29,06	152	
	Батон высший сорт	23	1,72	0,67	11,82	60	
	Итого:		38,72	11,22	14,91	82,45	527
Обед (в том числе бесплатное питание)							
№ 88/2015г	Щи из свежей капусты с картофелем, мясными фрикадельками, сметаной	200/11/10	3,53	7,2	7,61	11	
№ 15/2015	Сыр порциями	10	2,63	2,66		35	
ТТК 2021	Котлеты "Пожарские" (п/ф) с соусом томатным	80/10	11,42	10,89	9,60	18	
Акт 2011 г	Макаронные изделия отварные	150	5,68	8,09	35,98	24	
ТТК 2021 г	Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,57	48	
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
	Итого:		63,87	25,90	29,23	83,60	70
Полдник							
ТТК 2019г	Маффин Классический	50	3,91	15,06	28,19	26	
ТТК	Сок пакетированный (в ассортименте)	1 шт/200	1	0,2	20,2	92	
	Итого:		47,41	4,91	15,26	48,39	35
	Всего:		150,00	42,03	59,40	214,44	158
ВТОРНИК							
Завтрак							
ТТК 2014 г	Запеканка из творога (с ванилином) со сгущ. молоком	150/20	29,52	10,53	33,49	35	
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,13	3	
	Итого:		42,36	29,58	10,54	41,62	38
Обед (в том числе бесплатное питание)							
82/2015 г	Борщ со свежей капустой, картофелем, сметаной	200/10	1,68	5,63	10,6	10	
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	4	
ТТК	Салат из моркови	60	0,63	6,95	8,34	9	
ТТК 2021 г	Плов с куриными грудками	40/120	13,14	19,24	32,01	33	
№ 648/2015г	Кисель из концентрата	200			6,30	5	
Директор	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	4	
Калькулятор	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	4	
Зав. производством	Итого:		59,02	18,37	32,58	85,89	7
Полдник							
ТТК 2021 г	Эч - почмак с говядиной	100	6	4,93	40,26	2	
	Молоко питьевое пастеризованное	1шт/125	3,75	1,87	6	6	



8(800)234-33-88



@depta.kzn

Меню

СРЕДА

Завтрак

ТТК 2019	Сэндвич с сыром (булочка КП)	70	12,62	11,08	27,09	261	
№ 173/2015г	Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом	150/5	5,83	5,26	38,48	232	
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32	
	Йогурт питьевой обогащен.4 витаминами 2,8 % (в ассортименте)	1шт/125	3,50	3,5	14,63	105	
	Итого:		48,70	21,97	19,85	88,19	630

Обед (в том числе бесплатное питание)

103/2015г	Суп картофельный с вермишелью	200	2,28	2,43	16,7	99	
№ 52/2015 г	Салат из свеклы отварной с маслом	60	0,85	3,65	5,02	56	
ТТК 2021	Чикен (п/ф), огурец соленый (доп. гарнир)	50/40	7,08	6,84	7,45	192	
Акт 2020 г	Пюре картофельное	150	3,28	4,65	22,02	146	
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46	
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
	Итого:		58,81	16,14	17,95	81,18	630

Полдник

ТТК 2019г	Пышка Сдобная	50	3,55	3,22	30,32	165	
ТТК	Сок пакетированный (в ассортименте)	1 шт/200	1	0,2	20,2	92	
	Итого:		42,49	4,55	3,42	50,52	257
	Всего:		150,00	42,66	41,22	219,89	1517

ЧЕТВЕРГ

Завтрак

Акт 2018 г	Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	3 шт/135/10	8,14	5,87	47,4	276	
№ 382/2015г	Какао с молоком	200	3,97	2,1	25,17	145	
	Итого:		36,09	12,11	7,97	72,57	421

Обед (в том числе бесплатное питание)

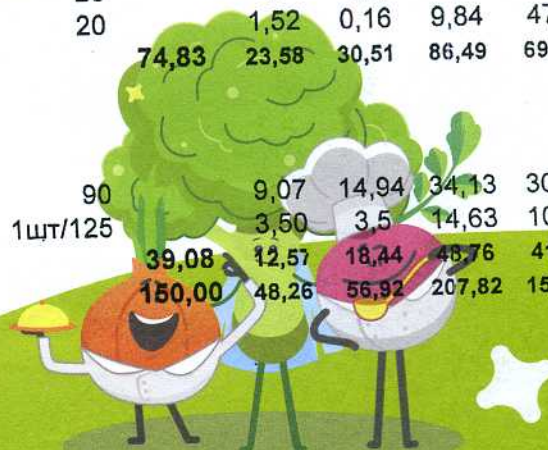
96/2015 г	Рассольник Ленинградский, фрикадельками из птицы, со сметаной	200/11/5	3,77	9,61	13,8	131	
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
№ 45/2015	Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	5,64	54	
ТТК 2021 г	Гречка с фаршем и овощами	160	15,96	17,09	38,41	37	
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32	
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
	Итого:		74,83	23,58	30,51	86,49	69

Полдник

ТТК 2019г	Беляш с мясом и рисом	90	9,07	14,94	34,13	30	
Калькулятор	Йогурт питьевой обогащен.4 витаминами 2,8 % (в ассортименте)	1шт/125	3,50	3,5	14,63	10	
Зав. производством	Итого:		39,08	12,57	18,44	48,76	41
	Всего:		150,00	48,26	56,92	207,82	15

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



48,62 9,75 6,80 46,26 295

Меню

ПЯТНИЦА

Завтрак

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8
№ 202/2015г	Макаронны отварные с сыром, маслом сливочным	150/5	9,03	11,83	32,15
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,13
	Батон высший сорт	29	2,17	0,84	14,91
	Итого:		33,64	11,66	13,08

Обед (в том числе бесплатное питание)

102/2015	Суп картофельный с горохом, мясными фрикадельками	200/11	6,44	5,9	15,65
аратов 2015г	Салат "Витаминный" (капуста, морковь, яблоки, сахар, масло раст)	60	0,79	3,1	6,71
ТТК	Запеканка картофельная с куриными грудками, маслом	180/5	15,00	25,12	31,16
ТТК 2021 г	Компот из свежих яблок (яблоки)	200	0,08	0,08	11,94
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84
	Итого:		70,98	24,83	34,56

Полдник

ТТК 2019г	Пирожное песочное нарезное	50	3,4	13,9	33,5
ТТК	Сок пакетированный (в ассортименте)	1 шт/200	1	0,2	20,2
	Итого:		45,38	4,40	14,10
	Всего:		150,00	40,89	61,74

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор:



Директор

Калькулятор

Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

