

"Согласовано"
 Директор
 общеобразовательного учреждения

"Утверждаю"
 Заместитель генерального директора
 по организации питания
 АО "Департамент продовольствия и
 социального питания" Казани"
 А.К. Агапова

МЕНЮ

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
 в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & chill) ГИМНАЗИЯ № 3
 с 1 по 4 сентября, с 27 сентября по 2 октября 2021

1 неделя (СЕНТЯБРЬ)

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Завтрак							
15/2015	Сыр порциями	10	2,63	2,66			35
14/2015	Масло сливочное порциями	10	0,08	7,25	0,13		66
№ 173/2015	Каша вязкая молочная из манной крупы с маслом	150/5	5,72	5,08	31,64		202
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99		32
	Батон высший сорт	32	2,4	0,92	16,44		84
	Итого:		24,75	10,85	15,92	56,20	419
Обед (в том числе бесплатное питание)							
№ 97/2015 г	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/11	3,76	3,85	16,09		114
№ 338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76		56
№ 45/2015 г	Салат из белокачанной капусты	70	1,09	3,56	6,59		63
ТТК 2021 г	Плов из птицы (грудки куриные)	40/120	10,75	17,18	32,01		331
ТТК 2021 г	Напиток с витаминами "Витошка"	200			14,55		59
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9		44
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76		71
	Итого:		62,04	19,35	25,51	104,76	738
Полдник							
ТТК 2019г	Пирог "Лимонник"	50	3,41	10,02	20,53		187
ТТК	Сок пакетированный (в ассортименте)	1 шт/200	1	0,2	20,2		92
	Итого:		43,21	4,41	10,22	40,73	279
	Всего:		130,00	34,61	51,65	201,69	1436
ВТОРНИК							
Завтрак							
ТТК	Пудинг из творога (с ванилином) со сгущенным молоком	150/15	28,54	12,14	32,25		356
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/10	0,11	0,02	8,29		35
	Итого:		38,16	28,65	12,16	40,54	391
Обед (в том числе бесплатное питание)							
№ 82/2015 г	Борщ со св, капустой, картофелем, сметаной	200/10	1,68	5,63	10,60		100
№ 26/2015г	Салат из свежих огурцов	70	0,47	4,26	1,26		45
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая (п/ф)	90	16,21	5,88	5,92		135
Акт 2020 г	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,47	8,18	21,49		177
ТТК 2021 г	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,94		49
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9		44
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76		71
	Итого:		58,32	25,18	24,47	74,98	621
Полдник							
ТТК 2019г	Ватрушка Французская	130	10,75	10,62	26,25		200
	Молоко питьевое пастеризованное	1шт/125	3,75	1,87	6		66
	Итого:		33,52	14,50	12,49	32,25	266
	Всего:		130,00	68,33	49,11	147,77	1278

ПЯТНИЦА**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
№ 202/2015г	Макароньы отварные с сыром, маслом сливочным	150/5	9,03	11,83	32,15	27
№ 382/2015г	Какао с молоком	200	3,97	2,1	25,17	14
	Хлеб пшеничный	21	1,59	0,16	10,33	49
	Итого:		43,09	15,07	21,74	57

Обед (в том числе бесплатное питание)

№ 243/1983	Суп гороховый с гренками	200/10	8,77	5,5	24,07	18
ТТК 2013 г	Салат из белокачанной капусты со свежими огурцами	70	0,90	7,06	2,53	78
ТТК 2021 г	Жаркое по - домашнему	40/130	9,92	10,31	19,58	20
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/7	0,08	0,01	8,19	34
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	-0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		59,63	22,95	23,32	617

Полдник

ТТК 2019г	Печенье "Мягкое"	2 шт/30	1,98	0,45	19,67	90	
	Молоко питьевое пастеризованное	1шт/125	3,75	1,87	6	66	
	Итого:		27,28	5,73	2,32	156	
	Всего:		130,00	43,75	47,38	181,38	135

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор:

