

"Согласовано"
Директор Общеобразовательного
учреждения



"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 №

1 - я неделя **ОКТАБРЬ**

с 04 по 09 октября 2021 г

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	60		0,7	0,1	2,28	14
ТТК2020 Салат Итальянские каникулы(фасоль,помидоры,огурцы солён.м/раст)	65		1,67	5,5	4,35	74
	сред.		0,91	1,99	5,15	43
1- ЫЕ БЛЮДА						
101/2015 Суп картофельный с рисом,с мясными фрикадельками п/ф	250/11		3,87	4,4	17,7	125
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
256/2015 Говядина тушёная	45/30		14	15,7	1,5	204
ТТК 2021 Котлеты Аппетитные мясо-куриные п/ф, мексиканская смесь с красной фасолью замороз. (доп.гарнир)	90/30		17,09	16,7	7,63	248
ТТК 2019 Горбуша по-Московски	65/20		16,9	13,4	1,94	196
ТТК 2020 Голень куриная в сливочном маринаде, мексиканская смесь с красной фасолью замороз. (доп.гарнир)	80/10/30		24,3	26,6	3,43	352
	сред.		18,1	18,1	3,6	250
ТТК 2019 Буритос с отварной курицей и сыром	190		22,8	37,2	31,2	555
	сред.		22,78	37,2	31,24	555
ГАРНИРЫ						
302/2015 Каша гречневая рассыпчатая	150		6,6	5,4	41,9	242
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	120		3,48	12,7	28,3	242
	сред.		5,04	9,0	35,11	242
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный,зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
699/2004 Напиток лимонный	200		0,14	0,0	24,4	101
	сред.		0,07	0,01	16,22	66,5
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/25		3,4	0,5	25,8	125
	Итого с самост.бл юдом-	73,00	27,16	39,7	78,41	790
	Итого-	73,00	27,48	29,7	85,90	727

№Сб. рел 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
ткк2016г Огурцы, помидоры свежие с маслом	30/30/5		0,54	5,1	1,7	55
ткк Яйцо под соусом "Переменка" с з/горошком (доп.гарнир)	48/10/5		6,54	11,3	1,08	132
	сред.		2,48	5,6	3,87	76
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельками (п/ф)	250/11		4,62	4,4	21	143
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ткк 2020 Люля-кебаб (п/ф), капуста брокколи заморож. (доп.гарнир)	80/25		15,4	15,1	7	223
ткк 2019 Цыплята запечённые	110		29,1	31,9	0,08	404
ткк 2021 Горбуша тушёная с овощами (филе)	70/25		14,7	6,8	2,2	129
	сред.		19,72	17,95	3,09	252
ткк2018 Блинчики п/ф со сгущённым молоком	5шт/225/45		15,6	12,2	94,7	553
	сред.		15,60	12,19	94,70	553
ГАРНИРЫ						
312/2015 Пюре картофельное	150		3,29	4,7	22	146
ткк2020 Рис отварной с овощной смесью (мексиканская смесь с красной фасолью)	180		6,4	8,0	52	303
	сред.		4,85	6,3	37,02	225
НАПИТКИ						
ткк 2021 Чай чёрный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ткк 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,97	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/25		3,15	0,5	23,6	114
	Итого с					
	самост.бл	73,00	21,27	18,25	132,1	784
	юдом-					
	Итого-	73,00	30,24	30,33	77,50	707

№Сб. реп 4 день

Наименование блюд

	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	65		0,7	0,1	2,48	16
ТТК2016 Салат "Каприз" (помидоры, кукуруза, сыр, сухарики, масло раст.)	60		1,6	7,2	3,4	86
	сред.		0,89	2,56	4,90	48
1-ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свеж.капусты с картофелем, мясными фрикадельками п/ф со сметаной	250/11/15		3,95	8,9	9,7	136
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	80/5		21,7	23,2	2,88	309
ТТК 2021 Горбуша запечённая с сыром, соусом Переменка	70/8/8		19,6	16,2	3,29	237
	сред.		20,65	19,69	3,09	273
ТТК2020 Мясо по-Милански	190		20,4	23,1	13,6	346
ТТК 2019 Буритос с отварной курицей и сыром	190		22,8	37,2	31,2	555
	сред.		21,59	30,15	22,44	451
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,4	173
541/2004 Рагу овощное	150		2,8	7,65	16,8	149
	сред.		3,50	6,6	21,60	161
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,06	0,0	8	34
ТТК 2021 Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,03	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,80	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,4	79
	Итого с					
	самост.бл	73,00	24,71	33,05	53,52	619
	Итого-	73,00	27,26	29,21	55,77	602

№Сб. ре: 5 день

Наименование блюд

	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККА
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	
71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	65		0,45	0,1	1,24	
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками, яйцом, м/растит.	60		4,4	8,99	6,69	1
	сред.		1,74	3,1	5,58	5
1-ые БЛЮДА						
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/20		2,8	8,4	17,6	1
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Горбуша запечённая	80		20	11	4,04	1
ТТК 2020 Говядина со стручковой фасолью	40/40		12,5	17,3	3,19	2
ТТК 2021 Котлеты "Школьные" (п/ф), европейская смесь заморож. (доп. гарнир)	90/60		13,6	12,9	14,9	2
ТТК 2019 Шашлычок из куриной грудки на шампуре	90		15,5	18,0	1,13	2
	сред.		15,39	14,81	5,82	2
ТТК 2017 Сырники "Классические" (п/ф) со сгущённым молоком	4шт/140/40		39,3	12,5	52,2	48
	сред.		39,29	12,54	52,20	48
ГАРНИРЫ						
ТТК 2014 Каша полбяная рассыпчатая с маслом	180/5		6,5	11,0	35	26
216/2004 Картофель тушёный	120		2,6	8,5	19,6	16
	сред.		4,55	9,7	27,29	21
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	3
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	4
	сред.		0,07	0,01	9,58	3
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,1	68
	Итого с					
	самост. бл	73,00	42,99	15,96	81,5	65
	юдом-					
	Итого-	73,00	23,64	27,95	62,40	59

№Сб. пр. 6 день
СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

15/2015 Сыр порционно	30	7,89	7,98			1
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	150/5	17,8	15,5	31,4		3
ТТК 2019 Кекс "Волжский"	50	3,2	10,4	29,8		2
ТТК 2021 Чай черный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8		3
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,3	11,3		5
Итого-	73,00	30,14	34,13	80,40		7

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

