

"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 г.Казани  
с 5 по 10 февраля, с 19 по 24 февраля 2024 г

1 - я неделя ФЕВРАЛЬ

Неделя №1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
15 Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
15/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	137
15/2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75
капуста свежая	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
<b>сред.</b>		<b>2,70</b>	<b>3,47</b>	<b>10,23</b>	<b>84</b>	
<b>1- БИЕ БЛЮДА</b>						
15/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
15/2020 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	217
15/2019 Рыба (филе ) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,9	217
15/2023 Гуляш из индейки	45/45		9,00	11,30	1,9	147
15/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	227
<b>сред.</b>		<b>13,08</b>	<b>15,05</b>	<b>3,15</b>	<b>207</b>	
15/2021 Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	307
<b>сред.</b>		<b>11,10</b>	<b>13,30</b>	<b>34,50</b>	<b>307</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
15/2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	177
15/2015 Макароны изделия отварные (м/слив )	180		6,8	5,4	43,1	247
15/2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	87
<b>сред.</b>		<b>4,87</b>	<b>4,76</b>	<b>26,14</b>	<b>167</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
15/2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	37
15/2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	47
<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>9,58</b>	<b>397</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	67
<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>15,76</b>	<b>17,03</b>	<b>68,44</b>	<b>497</b>	
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>19,90</b>	<b>20,07</b>	<b>52,99</b>	<b>477</b>	

2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
лз 2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
тк 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
тк 2022 Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>	<b>2,70</b>	<b>3,47</b>	<b>9,93</b>	<b>83,3</b>	
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
лз 2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
тк 2019 Голень запечённая	80		18,20	18,40	0,50	241
тк 2022 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
тк 2021 Рыба (фила) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
	<b>сред.</b>	<b>17,23</b>	<b>16,17</b>	<b>2,10</b>	<b>223</b>	
тк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
тк 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной) ✓	40/160		11,2	12,4	28,8	273
	<b>сред.</b>	<b>16,30</b>	<b>15,15</b>	<b>33,27</b>	<b>336</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
лз 2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
лз 2013 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,8	5,4	43,1	248
тк 2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	<b>сред.</b>	<b>5,24</b>	<b>6,45</b>	<b>36,45</b>	<b>226</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
тк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
тк 2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	<b>сред.</b>	<b>0,09</b>	<b>0,02</b>	<b>9,87</b>	<b>41,0</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	<b>Итого с</b>	<b>79,00</b>	<b>21,23</b>	<b>18,95</b>	<b>69,44</b>	<b>536</b>
	<b>самост.бл</b>					
	<b>юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>27,40</b>	<b>26,42</b>	<b>74,73</b>	<b>652</b>
	<b>Итого-</b>					



№ 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат-бар	100		1,3	5,1	7,4	81
морковь свежая	50					
свекла отварная	45					
масло растительное	5					
Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
	<b>сред.</b>		<b>2,63</b>	<b>3,47</b>	<b>10,87</b>	<b>86,1</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,3	3,20	209
Рыба запеченая	75		17,30	9,90	3,3	171
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>13,44</b>	<b>13,80</b>	<b>4,23</b>	<b>191</b>
Запеканка картофельная с мясом	200		14,5	18,2	27,647	331
	<b>сред.</b>		<b>14,47</b>	<b>18,24</b>	<b>27,65</b>	<b>331</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	171
Макаронные изделия отварные (м/слив.)	180		6,8	5,4	43,1	241
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	<b>сред.</b>		<b>4,87</b>	<b>4,76</b>	<b>26,14</b>	<b>161</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток яблочный	200				13,1	53
	<b>сред.</b>		<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>10,62</b>	<b>44</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	61
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>19,02</b>	<b>21,95</b>	<b>63,26</b>	<b>521</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>22,86</b>	<b>22,27</b>	<b>65,97</b>	<b>551</b>



№СБ/рей 4 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
зк 2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
тк 2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
тк 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	13
	<b>сред.</b>		<b>2,70</b>	<b>3,47</b>	<b>9,93</b>	<b>83</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
тк 2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	19
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
тк 2021 Рыба запечённая с овощами	90/30		19	11,9	3,1	19
тк 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	19
тк 2019 Птица запечённая (цыплята)	100		26,7	24,5	1	33
	<b>сред.</b>		<b>19,37</b>	<b>16,63</b>	<b>3,97</b>	<b>24</b>
тк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	39
тк 2021 Плов с птицей	50/150		18,9	22,1	40	44
	<b>сред.</b>		<b>20,15</b>	<b>20,00</b>	<b>38,87</b>	<b>42</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
зк 2011 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	26
зк 2015 Спагетти отварные (масло слизоч.)	180		6,8	5,4	43,1	24
тк 2021 Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	14
	<b>сред.</b>		<b>4,90</b>	<b>5,53</b>	<b>37,70</b>	<b>22</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
тк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
тк 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>		<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>9,17</b>	<b>38</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>25,40</b>	<b>23,83</b>	<b>76,80</b>	<b>63</b>
	<b>юдом-</b>					
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>29,52</b>	<b>25,99</b>	<b>79,61</b>	<b>67</b>



№08, рсг 5 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
ккз2015 Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ккз2014 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ткз2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75
капуста свежая	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>2,70</b>	<b>3,47</b>	<b>10,23</b>	<b>84</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
бз2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
тк2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
тк2021 Шашлык куриный (на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
тк2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
тк2022 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
кз2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>14,20</b>	<b>14,98</b>	<b>3,08</b>	<b>203</b>
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
кз2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
кз2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
тк2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	<b>сред.</b>		<b>4,79</b>	<b>6,72</b>	<b>29,90</b>	<b>200</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
тк2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
тк2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	<b>сред.</b>		<b>0,40</b>	<b>0,03</b>	<b>13,25</b>	<b>56</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост. бл</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>юдом-</b>					
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,61</b>	<b>25,56</b>	<b>75,31</b>	<b>633</b>



Ланч февраль 1 неделя

мес раб 6 день

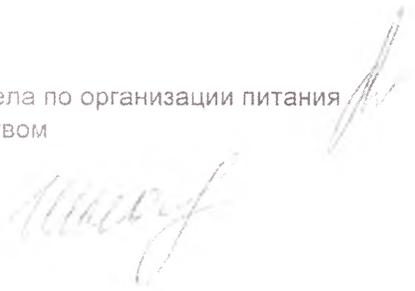
СУББОТА

Наименование блюд

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
000015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
000020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	170/5		19	16,3	33,5	357
000025 Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
000030 Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>21,75</b>	<b>17,17</b>	<b>17,17</b>	<b>64,45</b>	<b>507</b>

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор



"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

"Утверждаю"

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

2024

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 12 по 17 февраля, с 26 февраля по 2 марта 2024 г

2 - я неделя ФЕВРАЛЬ

Понедельник 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАП
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
333/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ттк 2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75
капуста свежая	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>	<b>2,70</b>	<b>3,47</b>	<b>10,23</b>	<b>84</b>	
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
вд/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ттк 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ттк 2018 Рыба (филе ) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,9	212
ттк 2021 Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>	<b>15,44</b>	<b>18,76</b>	<b>3,43</b>	<b>245</b>	
тк/2015 Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
	<b>сред.</b>	<b>21,70</b>	<b>28,00</b>	<b>36,80</b>	<b>493</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
333/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
333/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ттк 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	<b>сред.</b>	<b>4,87</b>	<b>4,76</b>	<b>26,14</b>	<b>167</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
ттк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ттк 2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	<b>сред.</b>	<b>0,43</b>	<b>0,03</b>	<b>13,32</b>	<b>57</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого с</b>					
самост.бл	<b>79,00</b>	<b>27,35</b>	<b>31,86</b>	<b>79,19</b>	<b>725</b>	
юдом-						
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>25,95</b>	<b>27,37</b>	<b>71,96</b>	<b>643</b>	

№05 по 2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
тк/201 Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
тк/202 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
	<b>сред.</b>		<b>0,95</b>	<b>2,75</b>	<b>7,20</b>	<b>60</b>
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
вс/201 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
тк/201 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
тк/202 Гупяш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
	<b>сред.</b>		<b>16,75</b>	<b>15,05</b>	<b>2,90</b>	<b>215</b>
тк/201 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
тк/202 Жаркое из птицы	50/150		13	12,6	27,3	275
	<b>сред.</b>		<b>21,40</b>	<b>17,90</b>	<b>37,73</b>	<b>398</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
тк/201 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
тк/202 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	250
тк/203 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	<b>сред.</b>		<b>5,21</b>	<b>6,68</b>	<b>36,45</b>	<b>221</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
тк/201 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
тк/202 Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>9,58</b>	<b>39</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>24,31</b>	<b>20,91</b>	<b>68,64</b>	<b>56</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,87</b>	<b>24,74</b>	<b>70,25</b>	<b>60</b>

*коя*

Меню на 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
злп2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
злп2015 Салат-бар	100		1,3	5,1	7,4	81
морковь свежая	50					
свекла отварная	45					
масло растительное	5					
мзп2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
	<b>сред.</b>		<b>2,63</b>	<b>3,47</b>	<b>10,87</b>	<b>86,3</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
рбп2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ткп2015 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ткп2015 Гуляш из индейки	50/50		10,00	12,56	2,1111	162
ткп2015 Рыба запеченая	80		18,50	10,60	3,5	182
ткп2015 Медальоны куриные с сыром, томатом	75/5		15,5	18,4	0,9	232
злп2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>13,64</b>	<b>15,27</b>	<b>3,06</b>	<b>204</b>
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
злп2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ткп2015 Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
злп2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ткп2015 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	<b>сред.</b>		<b>4,53</b>	<b>5,63</b>	<b>26,71</b>	<b>175,7</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ткп2015 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
взлп2015 Напиток яблочный	200				13,1	53
	<b>сред.</b>		<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>10,62</b>	<b>44</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>20,33</b>	<b>21,22</b>	<b>56,76</b>	<b>502</b>

*Кор*

№Об. рег 4 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
ззв 2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ткв 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ткв 2023 Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>2,70</b>	<b>3,47</b>	<b>9,93</b>	<b>83</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ткв 2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ткв 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ткв 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
ткв 2021 Шашлык куриный (на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
	<b>сред.</b>		<b>16,13</b>	<b>13,40</b>	<b>4,20</b>	<b>200</b>
ткв 2021 Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	305
ткв 2023 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
	<b>сред.</b>		<b>16,25</b>	<b>15,60</b>	<b>36,12</b>	<b>352</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
ззв 2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ззв 2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ткв 2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	<b>сред.</b>		<b>4,89</b>	<b>7,27</b>	<b>37,10</b>	<b>234</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ткв 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ткв 2023 Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
	<b>сред.</b>		<b>0,40</b>	<b>0,03</b>	<b>13,25</b>	<b>56</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>79,00</b>	<b>21,49</b>	<b>19,42</b>	<b>75,68</b>	<b>569</b>
	<b>юдом-</b>					
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>26,27</b>	<b>24,48</b>	<b>80,86</b>	<b>652</b>

*kol*

№05, пят 5 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
заа/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
нз/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
тп/2015 Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75
капуста свежая	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>2,70</b>	<b>3,47</b>	<b>10,23</b>	<b>84</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
зз/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
	<b>сред.</b>		<b>2,04</b>	<b>6,70</b>	<b>12,66</b>	<b>111</b>
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
тпк/2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	75/5		17,5	10,6	2,5	178
тпк/2022 Котлеты Школьные	90		12,4	13,5	7,8	199
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>13,43</b>	<b>14,73</b>	<b>3,70</b>	<b>200</b>
тпк/2015 Курица по-французски	180		17	28,9	16,9	397
	<b>сред.</b>		<b>17,00</b>	<b>28,90</b>	<b>16,90</b>	<b>397</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	170
нз/2015 Макароны отварные (м/слив.)	180		6,8	5,4	43,1	248
тпк/2021 Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
	<b>сред.</b>		<b>4,77</b>	<b>5,22</b>	<b>30,50</b>	<b>189</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
тпк/2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/7		0,4	0,03	11,8	51
тпк/2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>		<b>0,21</b>	<b>0,02</b>	<b>11,00</b>	<b>46</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>21,77</b>	<b>35,98</b>	<b>59,40</b>	<b>641</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>22,97</b>	<b>27,03</b>	<b>76,70</b>	<b>631</b>

*коф*



Ланч февраль 2 неделя

№06 от 6 день

СУББОТА

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

100г Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
170/5 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	170/5		19	16,3	33,5	357
200г Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
20г Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>21,75</b>	<b>17,17</b>	<b>64,5</b>	<b>507</b>	

Начальник отдела по организации питания  
Зав производством  
Калькулятор

108