

"Согласовано"
Директор
общеобразовательного учреждения

"Утверждаю"
Заместитель генерального директора
по организации питания
АО "Департамент продовольствия и
социального питания г.Казани"
А.Ж.Агалова

Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г.Казани"
М Е Н Ю
в весенних оздоровительных (пришкольных) лагерей по г. Казани
с 22 марта по 29 марта 2021 г **МЛАДШИЕ**

22 марта (понедельник)		Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
№ Сб.рец	Наименование блюд						
	Завтрак						
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2018	Блинчики п/ф со сгущённым молоком	3шт/135/20		8,87	6,73	52,95	309
ТТК 2015	Чай с сахаром, курагой	200/15/10		0,71	0,05	21,77	89
	Итого:			10,06	7,26	86,48	454
	Обед						
ТТК 2015	Салат "Столичный" (грудки куриные, картофель, огурц сол, яйцо,соус Переменка)	60		3,97	9,67	4,05	120
№ 82/2015г	Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной	200/5		1,55	4,88	10,42	92
ТТК 2015	Медальоны из куриных грудок запеченные с сыром, томатом	85/5		24,04	26,37	0,4	336
№ 302/2015г	Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
№648/2004	Кисель	200				13,1	53
	Хлеб Сельский	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб Белый	15		1,14	0,12	7,38	35
	ПОЛДНИК						
ТТК 2019	Эч-почмак с говядиной	100		6,0	4,93	40,3	229
№ 389/2015г	Сок (разливной) в ассортименте	200		1	0,2	20,2	92
	Итого:			45,32	51,76	146,68	1243
	ВСЕГО:		152,30	55,38	59,02	233,16	1 697

23 марта (вторник)		Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
№ Сб.рец	Наименование блюд						
	Завтрак						
№ 338/2015г	Плоды свежие (апельсины)	120		1,08	0,24	9,7	52
№173/2015	Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		6,35	6,8	28,5	208
№382/2015	Какао с молоком	200		3,97	2,1	25,17	145
	Батон высший сорт	30		2,25	0,87	15,42	79
	Итого:			13,65	10,01	78,79	484
	Обед						
№ 20/2015г	Салат из свежих огурцов	75		0,48	7,56	1,3	75
№113/2015	Суп-лапша дамашняя с фрикадельками из птицы (п/ф)	200/11		4,80	6,64	13,7	134
ТТК 2020	Мясо по-Милански	200		21,49	24,30	14,34	365
ТТК 2021	Напиток из замороженной клюквы	200		0,13	0,05	16,9	71
	Хлеб Сельский	25		1,25	0,25	11,25	55
	Хлеб Белый	24		1,82	0,19	11,81	56
	ПОЛДНИК						
ТТК 2019	Сосиски в тесте (крученные)	100		10,66	15,35	31,6	310
№ 389/2015г	Сок (разливной) в ассортименте	200		1	0,2	20,2	92
	Итого:			41,63	54,54	121,14	1158
	ВСЕГО:		152,30	55,28	64,55	199,93	1642

24 марта (среда)		Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сб.рец	Наименование блюд						
	Завтрак						
ТТК 2019	Макароны отварные с сыром (комбинат)	150		8,99	8,2	32,15	239
№ 685/2004	Чай с сахаром	200/15		0,21	0,05	15,02	61
	Йогурт питьевой обогащен.4 витаминами 2,8 % в ассортименте ДМК	1шт/125		3,5	3,5	14,63	105
	Батон высший сорт	30		2,25	0,87	15,42	79
	Итого:			14,95	12,62	77,22	484
	Обед						
№52/2015	Салат из свеклы отварной с маслом	80		1,14	4,87	6,69	75
№88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, мясными фрикадельками (п/ф) со сметаной	200/11/10		3,55	7,14	7,74	110
ТТК 2019	Горбуша (филе) по-московски	65/20		16,85	13,69	1,94	199
№ 304/2015	Рис отварной	150		3,83	5,43	40,01	224
699/2004	Напиток лимонный	200		0,14	0,016	24,43	101
	Хлеб Сельский	25		1,25	0,25	11,25	55
	Хлеб Белый	28		2,13	0,22	13,78	66
	ПОЛДНИК						
№ 338/2015г	Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2019	Печенье сдобное Вкусное	2шт/30		2,2	0,54	21,0	98
№ 389/2015г	Сок (разливной) в ассортименте	200		1	0,2	20,2	92
	Итого:			32,55	32,84	158,80	1 076
	ВСЕГО:		152,30	47,50	45,46	236,02	1 560

25 марта (четверг)		Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сб.рец	Наименование блюд						
	Завтрак						
№ 338/2015г	Фрукты свежие (апельсины)	120		1,08	0,24	9,7	52
№173/2015	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,07	220
№377/2015	Чай с сахаром, лимоном	200/15/5		0,25	0,05	15,1	63
	Батон высший сорт	30		2,25	0,87	15,42	79
	Итого:			10,18	7,14	73,29	414
	Обед						
№71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	70		0,49	0,07	1,33	8
№96/2015	Рассольник "Ленинградский" с мясными фрикадельками (п/ф) со сметаной	200/11/10		3,84	7,29	14,13	138
№259/2015	Жаркое по-домашнему	50/150		17,40	20,34	21,09	337
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		2,43	0,06	17,6	72
	Хлеб Сельский	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб Белый	21		1,59	0,18	10,33	49
	ПОЛДНИК						
ТТК 2019	Элеш с птицей (филе куриное)	100		6,0	4,93	40,3	229
№ 389/2015г	Сок (разливной) в ассортименте	200		1	0,2	20,2	92
	Итого:			33,75	33,27	133,95	969
	ВСЕГО:		152,30	43,93	40,41	207,24	1 383

26 марта (пятница)						
№ Сб.рец	Наименование блюд	Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды Ккал
Завтрак						
№ 338/2015г	Флоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76 56
№173/2015	Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55 201
ТТК 2015	Чай с сахаром, лимоном, курагой	200/15/7/20		1,27	0,05	28,7 119
	Батон высший сорт	30		2,25	0,87	15,42 79
	Итого:			8,60	6,48	88,43 455
Обед						
ТТК 2016	Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, масло растительное)	75		5,53	11,24	8,35 157
№ 99/2015г	Суп из овощей с мясными фрикадельками (п/ф) со сметаной	200/11/5		3,37	6,44	9,3 109
ТТК 2016	Лазанья с мясом (тесто комбинат)	200		23,55	32,07	40,15 551
№ 348/2015г	Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1,00	0,08	30,56 128
	Хлеб Сельский	25		1,25	0,25	11,25 55
	Хлеб Белый	24		1,82	0,19	11,81 56
ПОЛДНИК						
ТТК 2019	Эч-почмак с говядиной	100		6,0	4,93	40,3 229
№ 389/2015г	Сок (разливной) в ассортименте	200		1	0,2	20,2 92
	Итого:			43,52	55,40	171,88 1377
ВСЕГО:			152,30	52,12	61,88	260,31 1832

27 марта (суббота)						
№ Сб.рец	Наименование блюд	Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды Ккал
Завтрак						
№ 338/2015г	Флоды свежие (апельсины)	120		1,08	0,24	9,7 52
№ 15/2015г	Сыр (порциями)	20		5,26	5,32	70
№173/2015	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	150/5		6,6	5,24	33,07 215
	Йогурт питьевой обогащен.4 витаминами 2,8 % в ассортименте ДМК	1шт/125		3,5	3,5	14,63 105
№ 685/2004	Чай с сахаром	200/15		0,21	0,05	15,02 61
	Батон высший сорт	30		2,25	0,87	15,42 79
	Итого:			18,90	15,22	87,84 582
Обед						
№ 20/2015г	Салат из свежих огурцов	60		0,39	3,64	1,08 39
243/1983г	Суп гороховый с гренками с мясными фрикадельками (п/ф)	200/10/11		10,53	6,99	24,3 202
№243/2015	Сосиски отварные	2шт/100		10,40	20,10	0,80 226
202/2015	Макаронные изделия (гр.А) отварные	150		5,65	4,45	35,95 207
№342/2015	Компот из свежих плодов (яблок)	200		0,16	0,16	27,87 115
	Хлеб Сельский	20		1,00	0,20	9,00 44
	Хлеб Белый	20		1,52	0,16	9,84 47
ПОЛДНИК						
ТТК 2019	Пирожное песочное "Корзинка" с вареной сгущенкой	75		5,7	4,38	47,7 253
№ 389/2015г	Сок (разливной) в ассортименте	200		1	0,2	20,2 92
	Итого:			36,30	40,28	176,71 1225
ВСЕГО:			152,30	55,20	55,50	264,55 1807