

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

учреждения



*С и з в е щ е н и е м*

"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 4 по 9 декабря, с 18 по 23 декабря 2023 г

1 - я неделя ДЕКАБРЬ

№СБ.реш 1 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016 Яйцо отварное с зеленым горошком, маслом растительным	48/10/5		6,5	11,30	1,10	132
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2,5	6,1	10,42	108
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>1,77</b>	<b>6,07</b>	<b>11,91</b>	<b>111</b>
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	14,5	1,9	220
ТТК 2021 Птица в томатном соусе	45/45		8,9	9,5	3,3	135
	<b>сред.</b>		<b>13,83</b>	<b>12,50</b>	<b>4,33</b>	<b>185</b>
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2019 Рыбный киш	150		21,50	26,70	30,50	450
	<b>сред.</b>		<b>16,30</b>	<b>20,00</b>	<b>32,50</b>	<b>378</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	<b>сред.</b>		<b>4,80</b>	<b>5,19</b>	<b>31,60</b>	<b>193</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной 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>39,0</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>20,03</b>	<b>26,33</b>	<b>68,11</b>	<b>596</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>22,36</b>	<b>24,03</b>	<b>71,55</b>	<b>595</b>

№Сб. пр. 2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2016 Салат с фасолью (фасоль к/с, морковь отвар., огурцы солён., м/рас)	80		2,44	6,7	6,8	98
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2	6,2	8,5	99
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
зелёный горошек консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>2,76</b>	<b>4,55</b>	<b>10,13</b>	<b>94</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
ТТК2021 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
	<b>сред.</b>		<b>16,44</b>	<b>17,73</b>	<b>4,21</b>	<b>242</b>
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом сливоч.	160/5		19	20,9	34,1	401
ТТК2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
	<b>сред.</b>		<b>14,65</b>	<b>15,90</b>	<b>27,85</b>	<b>314</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
139/2015 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>228</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК2023 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>41,00</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>19,64</b>	<b>20,79</b>	<b>64,22</b>	<b>527</b>
	<b>юдом-</b>					
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>26,64</b>	<b>29,30</b>	<b>77,02</b>	<b>684</b>

№Сб. пр. 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>							
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47	
ТТК 2021 Салат Прага (филе куриное, морковь, огурцы солёные, яйцо, масло раст.)	70		4,4	8,30	1,3	98	
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2,2	6,2	10,9	109	
морковь свежая	40						
свекла отварная	40						
кукуруза консервированная	10						
сухарики из пшеничного хлеба	5						
масло растительное	5						
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178	
	<b>сред.</b>		<b>2,35</b>	<b>6,65</b>	<b>9,38</b>	<b>108</b>	
<b>1-ые БЛЮДА</b>							
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102	
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гречками	250/10		7	6,3	26,4	191	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172	
ТТК 2022 Медальоны куриные с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260	
ТТК 2020 Рыба запеченная	75		17,30	9,90	3,3	171	
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226	
	<b>сред.</b>		<b>14,57</b>	<b>14,75</b>	<b>4,05</b>	<b>207</b>	
ТТК 2017 Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	3шт/105/20		27,3	8,5	37	338	
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом	170		12,3	15,5	23,5	281	
	<b>сред.</b>		<b>19,80</b>	<b>12,00</b>	<b>30,25</b>	<b>310</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>							
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173	
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202	
309/2015 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>4,53</b>	<b>5,63</b>	<b>26,71</b>	<b>176</b>	
<b>НАПИТКИ</b>							
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32	
648/2004 Напиток яблочный	200				13,1	53	
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,55</b>	<b>43</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68	
	<b>Итого с</b>		<b>79,00</b>	<b>24,04</b>	<b>18,90</b>	<b>64,31</b>	<b>528</b>
	<b>самост. бл</b>		<b>79,00</b>	<b>23,33</b>	<b>27,28</b>	<b>64,81</b>	<b>601</b>
	<b>Итого-</b>						

№Сб. прей **4 день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ТТК 2021 Салат "Столичный" с маслом растительным	80	4,97	12,09	5,0625	149	
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131	
	<b>сред.</b>	<b>3,52</b>	<b>5,87</b>	<b>9,99</b>	<b>108</b>	
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2021 Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,3	3,20	209
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90		24	21,6	0,8	294
	<b>сред.</b>	<b>17,85</b>	<b>15,88</b>	<b>3,78</b>	<b>229</b>	
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
ТТК 2021 Плов с птицей	50/150		18,9	22,1	40	442
	<b>сред.</b>	<b>18,50</b>	<b>18,60</b>	<b>44,00</b>	<b>421</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2021 Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
	<b>сред.</b>	<b>4,87</b>	<b>5,77</b>	<b>37,70</b>	<b>223</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной 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>79,00</b>	<b>23,98</b>	<b>24,73</b>	<b>77,70</b>	<b>636</b>
	<b>самост.бл</b>					
	<b>юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>28,20</b>	<b>27,78</b>	<b>75,17</b>	<b>667</b>
	<b>Итого-</b>					

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
812/2004 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75		5,52	11,25	8,36	158
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>2,71</b>	<b>7,36</b>	<b>10,84</b>	<b>122</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2021 Шашлык куриный (на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ТТК2021 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК2020 Биточки рыбные из минтая	90		6,2	5,9	5,9	135
	<b>сред.</b>		<b>12,98</b>	<b>11,76</b>	<b>4,07</b>	<b>180</b>
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/20		27,3	8,5	37	338
	<b>сред.</b>		<b>27,30</b>	<b>8,50</b>	<b>37,00</b>	<b>338</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК2016 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>						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>		<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>9,10</b>	<b>37</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>32,15</b>	<b>16,18</b>	<b>73,32</b>	<b>576</b>
	<b>юдом-</b>					
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>22,62</b>	<b>26,16</b>	<b>70,30</b>	<b>617</b>

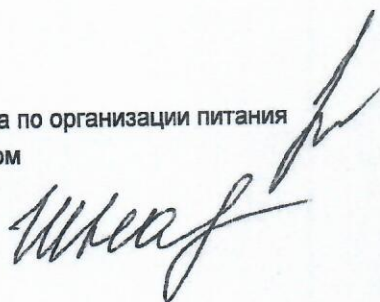
№СБ. реп 6 день

СУББОТА

## ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

338/2015	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>19,87</b>	<b>27,07</b>	<b>74,85</b>	<b>630</b>

Начальник отдела по организации питания  
Зав. производством  
Калькулятор



"Согласовано"  
 Директор Общеобразовательного  
 учреждения



*С изложением*

"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 11 по 16 декабря, с 25 по 30 декабря 2023 г

**2 - я неделя ДЕКАБРЬ**

№Сб. пер 1 день

**Наименование блюд**

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016 Яйцо отварное с зеленым горошком, маслом растительным	48/10/5		6,5	11,30	1,10	132
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2,5	6,1	10,42	108
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>1,77</b>	<b>6,07</b>	<b>11,91</b>	<b>111</b>
<b>1- ЫЕ БЛЮДА</b>						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Рыба (филе ) по-Московски	80/20		20,2	14,5	1,9	220
ТТК 2021 Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
	<b>сред.</b>		<b>18,43</b>	<b>19,47</b>	<b>3,83</b>	<b>263</b>
ТТК2018 Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
ТТК2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
	<b>сред.</b>		<b>16,35</b>	<b>18,00</b>	<b>50,45</b>	<b>433</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
202/2015 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 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,10</b>	<b>0,01</b>	<b>9,64</b>	<b>40</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>20,35</b>	<b>24,40</b>	<b>88,38</b>	<b>663</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>27,30</b>	<b>30,63</b>	<b>67,90</b>	<b>660</b>

7

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2016 Салат с фасолью (фасоль к/с, морковь отвар., огурцы солён., м/рас)	80		2,44	6,7	6,8	98
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2	6,2	8,5	99
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
зелёный горошек консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>2,76</b>	<b>4,55</b>	<b>10,13</b>	<b>94</b>
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
ТТК2021 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
	<b>сред.</b>		<b>14,36</b>	<b>13,51</b>	<b>5,01</b>	<b>199</b>
ТТК2022 Курица по-французски	200		18,9	32,1	18,8	441
ТТК2023 Жаркое из птицы	50/150		16,2	15,8	22	296
	<b>сред.</b>		<b>18,90</b>	<b>32,10</b>	<b>18,80</b>	<b>441</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 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>228</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	<b>сред.</b>		<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,80</b>	<b>40</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	<b>Итого с самост. бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,61</b>	<b>36,92</b>	<b>52,86</b>	<b>643</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>24,28</b>	<b>25,01</b>	<b>75,51</b>	<b>629</b>



№Сб. по 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2021 Салат Прага (филе куриное, морковь, огурцы солёные, яйцо, масло раст.)	70		4,4	8,30	1,3	98
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,2	6,2	10,9	109
капуста свежая	40					
свекла отварная	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	<b>сред.</b>		<b>2,35</b>	<b>6,65</b>	<b>9,38</b>	<b>108</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гречками	250/10		7	6,3	26,4	191
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2021 Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,3	3,20	209
ТТК 2020 Рыба запеченная	75		17,30	9,90	3,3	171
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>14,03</b>	<b>15,00</b>	<b>3,83</b>	<b>206</b>
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом сливочным	160/5		19	20,9	34,1	401
	<b>сред.</b>		<b>19,00</b>	<b>20,90</b>	<b>34,10</b>	<b>401</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,42	202
309/2015 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>4,53</b>	<b>5,63</b>	<b>26,71</b>	<b>175,7</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
648/2004 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	68
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост. бл</b>	<b>79,00</b>	<b>23,27</b>	<b>27,80</b>	<b>68,22</b>	<b>621</b>
	<b>юдом-</b>					
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>22,82</b>	<b>27,53</b>	<b>64,65</b>	<b>601</b>

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2021 Салат "Столичный" с маслом растительным	80		4,97	12,09	5,063	149
ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>3,52</b>	<b>5,87</b>	<b>9,99</b>	<b>108</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
ТТК 2021 Шашлык куриный (на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
	<b>сред.</b>		<b>15,50</b>	<b>12,76</b>	<b>4,16</b>	<b>192</b>
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
ТТК2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
	<b>сред.</b>		<b>11,05</b>	<b>10,65</b>	<b>49,30</b>	<b>339</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2016 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>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной 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	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>79,00</b>	<b>16,78</b>	<b>16,85</b>	<b>85,25</b>	<b>565</b>
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>26,12</b>	<b>26,23</b>	<b>77,20</b>	<b>652</b>

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75		5,52	11,25	8,36	158
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,21	6,1	9,6	103
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ТТК 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
	<b>сред.</b>		<b>3,61</b>	<b>7,46</b>	<b>10,82</b>	<b>126</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	75/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2022 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Птица запечённая (цыплята)	90		24	21,6	0,8	294
ТТК 2020 Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
	<b>сред.</b>		<b>15,87</b>	<b>14,03</b>	<b>5,08</b>	<b>209</b>
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	Зшт/105/20		27,3	8,5	37	338
	<b>сред.</b>		<b>18,80</b>	<b>9,70</b>	<b>29,30</b>	<b>282</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 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>						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,05	13,4	58
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>		<b>0,28</b>	<b>0,03</b>	<b>11,80</b>	<b>50</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>24,83</b>	<b>17,51</b>	<b>68,30</b>	<b>537</b>
	<b>юдом-</b>					
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>26,66</b>	<b>27,06</b>	<b>74,58</b>	<b>653</b>

Ланч декабрь 2 неделя

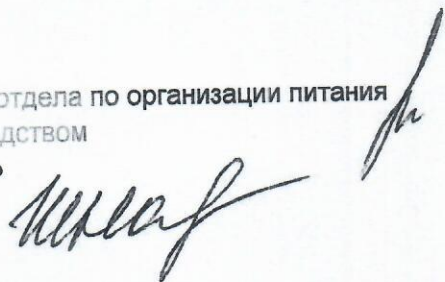
№Сб. рел 6 день

СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

336/2015	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2020	Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с маслом сливочн.	150/5	17,9	22,9	32,2	407
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,3	11,25	55
<b>Итого-</b>		<b>79,00</b>	<b>20,86</b>	<b>23,82</b>	<b>65,4</b>	<b>568</b>

Начальник отдела по организации питания  
 Зав. производством  
 Калькулятор



"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения

  
А.С. Кузнецов А.С.  


"Утверждаю"

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

**М Е Н Ю**

в столовых общеобразовательных школ г. Казани  
с 4 по 9 декабря, с 18 по 23 декабря 2023 г.  
Горячее бесплатное питание младшие

**1 неделя (ДЕКАБРЬ)**

№ Сб.реп Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

**СУББОТА**

№ Сб.реп	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		0,74	5,16	2,45	60
	Огурцы солёные	40					
	Кукуруза консервированная	15					
	Масло растительное	5					
ТТК 2020 г	Пельмени "Для умников и умниц отварные с маслом	180/10		21,39	19,75	38,09	416
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>66,80</b>	<b>24,71</b>	<b>25,28</b>	<b>67,52</b>	<b>601</b>

**М Е Н Ю**

в столовых общеобразовательных школ г. Казани  
с 11 по 16 декабря, с 25 по 30 декабря 2023 г.  
Горячее бесплатное питание младшие

**2 неделя (ДЕКАБРЬ)**

№ Сб.реп Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал


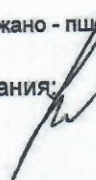
**СУББОТА**

№ Сб.реп	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		0,74	5,16	2,45	60
	Огурцы солёные	40					
	Кукуруза консервированная	15					
	Масло растительное	5					
ТТК 2020 г	Пельмени "Для умников и умниц отварные с маслом	180/10		21,39	19,75	38,09	416
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>66,80</b>	<b>24,71</b>	<b>25,28</b>	<b>67,52</b>	<b>601</b>

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор:

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

*А. В. Козлов*  
 МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 3»  
 Москва, г. Казани  
 ИНН 1658027457

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора по организации питания

АО "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"

*А. К. Агапова*  
 А.К. Агапова

**МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ**  
 в столовых общеобразовательных школ г. Казани  
 для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №  
 с 11 по 16 декабря, с 25 по 30 декабря 2023 г

**2 - я неделя ДЕКАБРЬ**

№ Сб.рей Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

**Комплекс № 1**

ТТК 2021	Гуляш из птицы	40/40	11,73	12,3	2,67	168
304/2015	Рис отварной	150	3,8	5,4	40	224
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>16,30</b>	<b>17,82</b>	<b>57,3</b>	<b>457</b>

**ВТОРНИК**

**Комплекс № 1**

ТТК 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
309/2015	Спагетти отварные (м/слив.)	150	5,667	4,5	35,92	207
389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>17,33</b>	<b>15,35</b>	<b>64,05</b>	<b>468</b>

**СРЕДА**

**Комплекс № 1**

ТТК 2021	Котлеты "Школьные"	90	11,46	9,9	9,6	172
ТТК 2016	Картофель запечённый (с паприкой)	130	3	7,1	24,6	175
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>15,23</b>	<b>17,15</b>	<b>48,85</b>	<b>412</b>

**ЧЕТВЕРГ**

**Комплекс № 1**

338/2015	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
243/2015	Сосиски отварные	1шт/50	5,2	10,1	0,4	113
541/2004	Рагу овощное	150	2,813	7,594	16,78	148
348/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	200	0,8	0,06	18,5	79
ТТК	Печенье весовое	2шт/30	2,25	2,94	22,3	125
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>12,21</b>	<b>21,24</b>	<b>74,53</b>	<b>545</b>

**ПЯТНИЦА**

**Комплекс № 1**

ТТК2020	Птица запечённая (цыплята)	80	21,36	19,2	0,711	261
303/2015	Каша гречневая вязкая	150	3,5	4,6	22,01	144
ТТК 2021	Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>25,75</b>	<b>24,01</b>	<b>40,62</b>	<b>485</b>

**СУББОТА**

**Комплекс № 1**

ТТК 2017	Пельмени "Для умников и умниц" отварные с маслом сливоч.	150/5	17,86	22,9	32,2	407
ТТК 2021	Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>18,63</b>	<b>23,05</b>	<b>46,85</b>	<b>472</b>

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор:

*А. В. Козлов*