

"Согласовано"

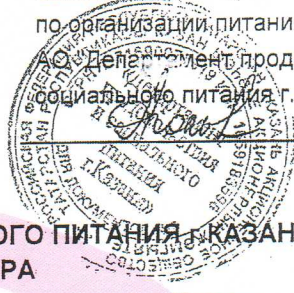
Директор Общеобразовательного учреждения

Меню

"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

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани

1 - я неделя НОЯБРЬ

с 7 по 12 ноября, с 21 по 26 ноября 2022г,

№Сб.рей 1 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2019 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
47/2015 Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
ТТК 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75		5,2	10,5	7,8	147
сред.		2,15	7,57	11,78	125	

1-ЫЕ БЛЮДА

102/2015 Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/11		7,76	7,2	19,4	174
---	--------	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020 Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
сред.		12,49	11,61	4,94	174	
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	28	496
ТТК 2019 Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,94	510
сред.		18,89	26,17	35,23	454	

ГАРНИРЫ

303/2015 Каца гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
202/2015 Макароны изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
сред.		4,96	4,84	26,11	167	

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
сред.		0,04	0,04	9,95	40,5	

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Директор

Калькулятор

Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

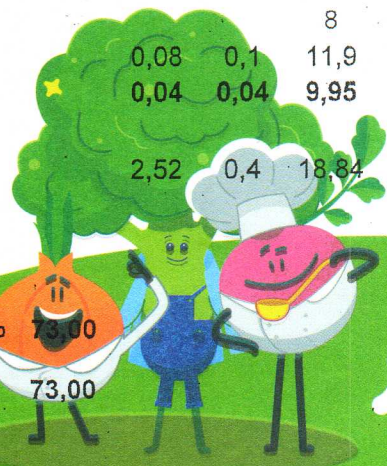
Итого с
самост.блю

73,00

дом-

Итого-

73,00



Меню

2 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
3.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
52/2015 Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
ТТК 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
ТТК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159

сред. 3,10 7,92 9,38 122

1-ые БЛЮДА

82/2015 Борщ со свеж. капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,9	8,2	12,8	142
---	-----------	--	-----	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175

сред. 15,54 13,90 3,89 201

ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
ТТК 2021 Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295

сред. 17,55 16,15 27,50 326

ГАРНИРЫ

312/2015 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
309/2015 Спагетти отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,14	248
139/2015 Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159

сред. 4,97 6,13 29,20 194

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46

сред. 0,07 0,01 9,60 39

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
---	-------	--	------	-----	-------	----

Итого с
самост.блю 73,00
дом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
06.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
47/2015 Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
68/2015 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
ТТК 2019 Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	7,2	1,70	92
ТТК 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		1,91	6,60	8,89	104
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
ТТК 2022 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
ТТК 2021 Рыба запеченая (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
ТТК 2022 Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		16,12	15,26	4,66	219
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом	200		14,4	18,3	27,67	331
ТТК 2021 Вареники с творогом, со сгущённым молоком	200/20		27,3	9,6	57,7	430
	сред.		20,87	13,97	42,68	380,56
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		12,70	20,00	90,9	591,00
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
сэ99/2004 Напиток Лимонный	200		0,14		24,43	101
	сред.		0,07	0,00	16,22	67
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого с
самост.блю 73,00
дом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

4 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
6.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
37/2015 Салат картофельный с солён.огурцами, зелёным горошком	100/5		1,46	5,3	9,83	93
ТТК2022 Салат "Бурячок" (свекла отвар.,яблоки,кукуруза консер.,масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
ТТК 2021 Салат с фасолью (фасоль консер,морковь отв,огурцы солён,м/раст.)	100		3,1	8,4	8,6	123
ТТК 2019 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	сред.		1,79	6,89	10,94	114

1-ые БЛЮДА

38/2015 Щи из свеж.капусты с картофелем,с фрикадельками из птицы,со сметаной	250/11/10		3,33	6,4	7,56	128
--	-----------	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ГТК 2021 Рыба запечённая с овощами	75/25		15,8	9,9	2,61	163
ГТК 2021 Люля кебаб с соусом томатным	80/20		14,5	14,2	6,91	211
ГТК 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
ГТК2020 Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	сред.		16,92	18,10	3,64	244

ГТК 2021 Голубцы ленивые	200		15,8	21,8	24,7	359
ГТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	28	496
	сред.		18,10	27,55	26,35	428

ГАРНИРЫ

03/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
02/2015 Макароны изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
16/2004 Картофель тушёный	180		3,9	12,7	29,4	249
	сред.		4,96	7,89	32,98	223

НАПИТКИ

ГТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,05		8,13	34
ГТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
---	-------	--	------	-----	-------	----

Итого с
самост.блю 73,00
дом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню



Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
С6.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
68/2015 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
ТТК 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		2,03	6,16	12,17	113
1-ые БЛЮДА						
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,42	6,1	17,1	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
ТТК 2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
ТТК 2020 Говядина со стручковой фасолью	40/50		15,6	21,6	4	274
	сред.		15,53	15,31	3,93	215
ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/20		28,7	8,6	33,6	331
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
	сред.		23,85	12,45	33,55	344
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
541/2004 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		3,98	7,85	34,10	224
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Компот из замороженной вишни	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,10	0,01	9,67	40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	15,38	79

Итого с
самост.блю
дом-
Итого- 73,00
73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

Заготовочные 1 неделя ноябрь 2022 г

рей 6 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
СБ.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
ТТК2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/5	4,55	7	12,90	134	
47/2015 Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88	
	сред.	2,21	4,19	10,97	93	

1-ЫЕ БЛЮДА

101/2015 Суп картофельный с рисом, с мясными фрикадельками	250/11	3,9	4,4	17,7	128
--	--------	-----	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
ТТК2021 Соус мясной "Смак"	120	10,1	10,1	5,9	156
ТТК2019 Цыплята запеченные	100	26,7	24,5	1	332
	сред.	15,73	18,23	2,57	238

ГАРНИРЫ

309/2015 Спагетти отварные с маслом	180/5	6,8	7,5	43,2	268
332/2015 Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	8	10,1	50,3	324
	сред.	7,40	8,8	46,75	296

НАПИТКИ

ТТК2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
701/2004 Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	106
	сред.	0,08	0,05	17,27	70

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

	20/20	2,52	0,4	18,84	91
	Итого с самост.блю дом-				
	Итого-	73,00			

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

Меню

"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

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани

2 - я неделя НОЯБРЬ

с 14 по 19 ноября, с 28 ноября по 3 декабря 2022 г

№п/сб. пер 1 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
ттк 2019 Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178	
47/2015 Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88	
ттк.2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100	1,05	10,1	15,6	158	
ттк 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75	5,2	10,5	7,8	147	
сред.		2,15	7,57	11,78	125	

1-ЫЕ БЛЮДА

сб.1983 Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/10/11	10,5	7,0	24,31	202
---	-----------	------	-----	-------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ттк 2020 Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40	10,2	10,8	8,47	173
ттк 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20	18	13,8	2	204
ттк 2022 Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	75/5	20,2	19,4	0,32	257
ттк2020 Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391
сред.		17,79	19,26	3,15	256
ттк2016 Лазанья с мясом	160	17,7	24,1	25,9	410
ттк 2016 Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	28	496
ттк2018 Блинчики п/ф со сгущённым молоком	4шт/180/20	11,3	8,4	67	390
сред.		16,47	21,93	40,30	432

ГАРНИРЫ

309/2015 Спагетти отварные (с маслом растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254
303/2015 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ттк 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80
сред.		4,94	5,09	26,10	169

НАПИТКИ

ттк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ттк 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0,0	11,2	46
сред.		0,07	0,01	9,60	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	15,88	79

Директор

Калькулятор

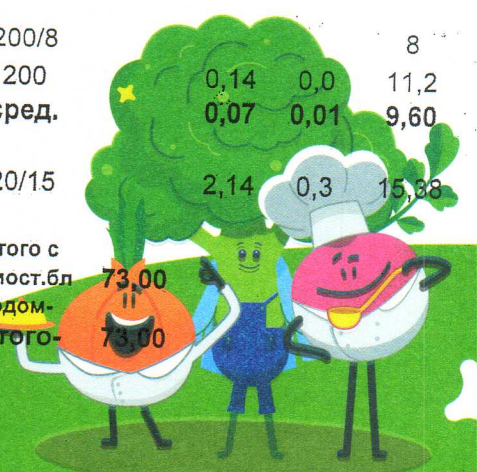
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Итого с
самост.бл
юдом-
Итого-

73,00
73,00



Меню



Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с хлебом белым пшен.)	25/10		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
ТТК 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
52/2015 Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
	сред.		3,10	7,92	9,38	122
1- БИЕ БЛЮДА						
82/2015 Борщ со свеж.капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,9	8,2	12,8	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром,соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	сред.		15,54	13,90	3,89	201
ТТК2022 Грудки куриные по-французски	180		17	29,0	16,9	397
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц"отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
	сред.		18,00	22,65	25,20	377
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
202/2015 Макароны изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
139/2015 Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		5,19	6,43	36,38	225
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого с
самост.бл 73,00
юдом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

№Сб. пр. 3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75		5,2	10,5	7,8	147
10/2001 Салат из моркови с яблоками	100		0,99	10,14	8,80	132
68/2015 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
	сред.		1,89	7,27	8,99	110
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
ТТК 2022 Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		15,08	14,90	4,69	212
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
ТТК2019 Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	сред.		18,13	22,61	38,85	434
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		4,10	6,36	23,10	165
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,95	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	15,38	79

Итого с
самост.бл 73,00
юдом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2019 Салат "Прага" (грудки курины., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	7,2	1,70	92
37/2015 Салат картофельный с огурцами, зелёным горошком	100/5		1,46	5,3	9,83	93
ТТК 2021 Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
ТТК 2019 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	сред.		2,17	6,95	9,20	109
1-ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,33	6,4	7,56	128
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
ТТК 2019 Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
ТТК 2022 Чахохбили из куриных грудок	60/50		12,6	16,6	7	229
	сред.		17,19	16,53	4,63	236
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	28	496
	сред.		19,25	24,20	38,00	448
ГАРНИРЫ						
309/2015 Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
541/2004 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	сред.		4,91	7,02	37,11	232
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Компот из замороженной вишни	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,10	0,01	9,67	40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

Итого с
самост. бл 73,00
юдом-
Итого 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	КАКАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК2022 Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консерв., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
ТТК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
Сб.2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
№3/2015 Бутерброд с сыром (с хлебом белым пшеч.)	25/10		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		2,94	6,42	10,49	113
1-ые БЛЮДА						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ТТК 2021 Котлеты "Школьные" с соусом томатным	80/20		11,5	11,23	8,52	178
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	сред.		13,29	13,59	3,34	188
438/2004 Азу с говядиной	50/150		17,2	21,1	18,8	334
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/20		28,7	8,6	33,6	331
	сред.		22,95	14,85	26,20	333
ГАРНИРЫ						
312/2015 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
139/2015 Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,12	6,20	23,62	169
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,07	0,01	9,60	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого с
самост.бл **73,00**
юдом-
Итого- **73,00**

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

Заготовочные 2 неделя ноябрь

№Сб. пер 6 день

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
ТТК 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/5	4,55	7	12,90	134	
47/2015 Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88	
	сред.	2,21	4,19	10,97	93	
1-ые БЛЮДА						
95/2015 Рассольник "Домашний" со сметаной	250/10	2,38	6,1	15,11	142	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5	21,4	22,5	38,3	442	
ТТК 2021 Соус мясной "Смак"	120	10,1	10,1	5,9	156	
ТТК 2019 Цыплята запеченные	100	26,7	24,5	1	332	
	сред.	19,40	19,03	15,07	310	
ГАРНИРЫ						
202/2015 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	3,9	43,2	235	
304/2015 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
	сред.	5,70	5,19	45,60	252	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10	0,5		13,3	56	
348/2015 Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,08	30,56	128	
	сред.	0,75	0,04	21,93	92	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91	
	Итого с	73,00	26,88	27,09	90,04	718
	самост.бл					
	юдом-	73,00	30,58	28,81	112,40	838
	Итого-					

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

