



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ г. Казани
с 2 по 7 сентября, с 16 по 21 сентября 2024 г.
Горячее бесплатное питание младшие

1 неделя (СЕНТЯБРЬ)

№ Сб.реу Наименование продуктов

ПОНЕДЕЛЬНИК

| | Выход | Стои-ть | Белки | Жиры | Угл-ды |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ТТК 2022 г Котлеты "Аппетитные" мясо - куриные | 90 | | 10,01 | 12,7 | 10,98 |
| № 302/2015 Каша гречневая рассыпчатая | 150 | | 6,62 | 5,39 | 41,87 |
| №71/2015 г Овощи натуральные свежие (помидоры) доп. гарнир | 30 | | 0,33 | 0,06 | 1,14 |
| №630/1996г Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | | 7,99 |
| Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 |
| Итого: | 518 | 66,80 | 19,50 | 18,51 | 80,82 |

ВТОРНИК

| | | | | | |
|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ТТК 2023 г Жаркое по - домашнему | 40/160 | | 12,05 | 17,93 | 39,88 |
| №71/2015 г Овощи натуральные свежие (огурцы) | 60 | | 0,42 | 0,06 | 1,14 |
| №630/1996г Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | | 7,99 |
| Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 |
| Итого: | 508 | 66,80 | 15,01 | 18,35 | 67,85 |

СРЕДА

| | | | | | |
|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| № 45/2015 Салат из белокачанной капусты | 60 | | 0,93 | 3,05 | 5,64 |
| ТТК 2021 г Чикен | 90 | | 9,10 | 10,11 | 19,09 |
| № 202/2015 г Макароны изделия отварные | 150 | | 5,64 | 4,46 | 35,94 |
| ТТК 2021 г Компот из замороженной компотной смеси | 200 | | 0,02 | | 7,99 |
| Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 |
| Итого: | 540 | 66,80 | 18,21 | 17,98 | 87,50 |

ЧЕТВЕРГ

| | | | | | |
|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ТТК 2021 г Плов с говядиной | 40/160 | | 12,22 | 15,61 | 49,03 |
| №71/2015 г Овощи натуральные свежие (помидоры) | 60 | | 0,66 | 0,12 | 2,28 |
| №630/1996г Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | | 7,99 |
| Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 |
| Итого: | 508 | 66,80 | 15,42 | 16,09 | 78,14 |

ПЯТНИЦА

| | | | | | |
|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ТТК 2021 г Биточки рыбные из минтая | 90 | | 12,06 | 15,31 | 15,92 |
| № 312/2015г Пюре картофельное | 150 | | 3,28 | 4,65 | 29,93 |
| №71/2015 г Овощи натуральные свежие (огурцы) доп. гарнир | 30 | | 0,21 | 0,03 | 0,57 |
| ТТК 2021 г Компот из замороженной компотной смеси | 200 | | 0,02 | | 7,99 |
| Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 |
| Итого: | 510 | 66,80 | 18,09 | 20,35 | 73,25 |

СУББОТА

| | | | | | |
|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| № 338/2015г Плоды свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 |
| ТТК 2020 г Пельмени "Для умников и умниц" отварные с маслом | 150/5 | | 16,24 | 16,43 | 39,83 |
| №71/2015 г Овощи натуральные свежие (помидоры) доп. гарнир | 30 | | 0,33 | 0,06 | 1,14 |
| №630/1996г Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | | 7,99 |
| Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 |
| Итого: | 553 | 66,80 | 19,59 | 17,33 | 79,56 |

Начальник отдела по организации питания:
Зав. производством:
Калькулятор:

(Handwritten signatures and initials)

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

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

МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ

в столовых общеобразовательных школ г. Казани

для учащихся в столовой при школе №

с 2 по 7 сентября, с 16 по 21 сентября 2024 г

(СУП + ВЫПЕЧКА)

1 - я неделя СЕНТЯБРЬ

| № Сб.рец | Наименование продуктов | Выход | Стои-ть | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---------------------|--|-------|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 97/2015 | Суп картофельный | 250 | | 3,5 | 5,4 | 19,8 | 142 |
| ТТК 2020 | Эч - почмак с говядиной | 100 | | 10,3 | 10,70 | 34,4 | 272 |
| ТТК 2021 | Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | 0,001 | 7,9 | 32 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 15,34 | 16,40 | 75,6 | 523 |
| ВТОРНИК | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 88/2015 | Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 250/5 | | 8,88 | 9,6 | 40,94 | 286 |
| ТТК2021 | Пицца с курицей и сыром | 85 | | 14,95 | 17,60 | 30 | 340 |
| ТТК 2021 | Компот из замороженной компотной смеси | 200 | | 0,14 | 0,0 | 11,15 | 46 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 25,47 | 27,54 | 95,8 | 749 |
| СРЕДА | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 96/2015 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/5 | | 4,91 | 7,1 | 17,1 | 152 |
| ТТК2021 | Сосиски в тесте | 100 | | 10,76 | 15,56 | 31,66 | 312 |
| 648/2004 | Напиток яблочный | 200 | | | | 13,1 | 52 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 17,17 | 22,96 | 75,4 | 593 |
| ЧЕТВЕРГ | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 82/2015 | Борщ со свежей капустой со сметаной | 250/5 | | 9,4 | 10,66 | 27,5 | 244 |
| ТТК2021 | Пицца с сыром | 85 | | 13,60 | 11,40 | 24 | 252 |
| ТТК 2021 | Компот из замороженной вишни | 200 | | 0,12 | 0,03 | 11,57 | 48 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 24,62 | 22,39 | 76 | 621 |
| ПЯТНИЦА | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 139/2004 | Суп картофельный с горохом | 250 | | 8,36 | 8,3 | 39,27 | 265 |
| ТТК2022 | Элеш с птицей | 100 | | 10,2 | 17,78 | 34,2 | 338 |
| ТТК 2021 | Напиток из замороженной клюквы | 200 | | | | 9,98 | 40 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 20,04 | 26,36 | 96,9 | 720 |
| СУББОТА | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 532/2013 | Фрукты свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| 101/2015 | Суп картофельный с рисом | 250 | | 3,12 | 10,4 | 33,6 | 240 |
| ТТК2018 | Корж Молочный | 50 | | 3,5 | 6,2 | 35,01 | 211 |
| ТТК 2021 | Компот из замороженной вишни | 200 | | 0,12 | 0,03 | 11,57 | 48 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 8,24 | 16,92 | 93,7 | 576 |

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"
 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
 с 2 по 7 сентября, с 16 по 21 сентября 2024 г

1 - я неделя (СЕНТЯБРЬ)

1 - ый день

№Сб.ре Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)

№ 338/201: Фрукты свежие (яблоки)

№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)

ТТК 2023 Салат - бар

огурцы свежие
 помидоры свежие
 масло растительное

| Выход | стоимость | белки | жиры | углев. | Ккал |
|--------------|-----------|-------------|-------------|-------------|-----------|
| 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| 30/15 | | 6,19 | 4,86 | 15,42 | 131 |
| 100 | | 0,85 | 5,14 | 2,71 | 62 |
| сред. | | 2,51 | 3,49 | 9,96 | 83 |

1 - ые БЛЮДА

97/2015 Суп картофельный

| | | | | | |
|-----|--|-----|------|------|-----|
| 250 | | 3,5 | 5,40 | 19,8 | 142 |
|-----|--|-----|------|------|-----|

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо - куриные

ТТК 2019 Рыба (филе) запечённая

ТТК 2021 Птица запечённая

| | | | | | |
|--------------|--|--------------|--------------|-------------|------------|
| 90 | | 10,01 | 12,70 | 10,98 | 198 |
| 75 | | 17,29 | 9,89 | 3,28 | 171 |
| 100 | | 26,69 | 24,46 | 0,97 | 332 |
| сред. | | 18,00 | 15,68 | 5,08 | 234 |

ТТК2018 Блинчики со сгущённым молоком

ТТК 2021 Плов с говядиной

| | | | | | |
|--------------|--|--------------|--------------|--------------|------------|
| 4 шт/180/20 | | 11,34 | 8,39 | 66,90 | 390 |
| 40/160 | | 12,2 | 15,6 | 49,03 | 384 |
| сред. | | 11,78 | 12,00 | 57,97 | 387 |

ГАРНИРЫ

302/2015 Каша гречневая рассыпчатая

309/2015 Макароны изделия отварные (масло растит.)

ТТК 2020 Капуста брокколи отварная

| | | | | | |
|--------------|--|-------------|-------------|--------------|------------|
| 180 | | 7,94 | 6,5 | 50,25 | 291 |
| 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,08 | 254 |
| 100 | | 3,11 | 3,4 | 4,4 | 31 |
| сред. | | 5,92 | 5,32 | 32,58 | 192 |

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром

ТТК 2021 Напиток из урюка

| | | | | | |
|--------------|--|-------------|-------------|--------------|-----------|
| 200/8 | | | | 7,98 | 32 |
| 200 | | 0,8 | 0,06 | 18,46 | 79 |
| сред. | | 0,40 | 0,03 | 13,22 | 56 |

Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

| | | | | | |
|-------|--|------|------|-------|----|
| 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
|-------|--|------|------|-------|----|

| | | | | | |
|------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Итого с сам.блюд | 79,00 | 17,21 | 15,88 | 99,99 | 617 |
| Итого: | 79,00 | 29,35 | 24,88 | 79,68 | 655 |

"Согласовано"
Директор Общеобразовательного
учреждения

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

МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ
в столовых общеобразовательных школ г. Казани

для учащихся в столовой при школе №
с 9 по 14 сентября, с 23 по 28 сентября 2024 г

2 - я неделя СЕНТЯБРЬ

(СУП + ВЫПЕЧКА)

| № Сб.рец | Наименование продуктов | Выход | Стои-ть | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--------------------|--|-------|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 97/2015 | Суп картофельный | 250 | | 3,5 | 5,4 | 19,8 | 142 |
| ТТК 2020 | Эч - почмак с говядиной | 100 | | 10,3 | 10,70 | 34,4 | 272 |
| ТТК 2021 | Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | 0,001 | 7,9 | 32 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 15,34 | 16,40 | 75,6 | 523 |
| ВТОРНИК | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 66/2015 | Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 250/5 | | 8,88 | 9,6 | 40,94 | 286 |
| ТТК2021 | Пицца с курицей и сыром | 85 | | 14,95 | 17,60 | 30 | 340 |
| ТТК 2021 | Компот из замороженной компотной смеси | 200 | | 0,14 | 0,0 | 11,15 | 46 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 25,47 | 27,54 | 95,8 | 749 |
| СРЕДА | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 96/2015 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/5 | | 4,91 | 7,1 | 17,1 | 152 |
| ТТК2021 | Сосиски в тесте | 100 | | 10,76 | 15,56 | 31,66 | 312 |
| 648/2004 | Напиток яблочный | 200 | | | | 13,1 | 52 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 17,17 | 22,96 | 75,4 | 593 |
| ЧЕТВЕРГ | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 82/2015 | Борщ со свежей капустой со сметаной | 250/5 | | 9,4 | 10,66 | 27,5 | 244 |
| ТТК2021 | Пицца с сыром | 85 | | 13,60 | 11,40 | 24 | 252 |
| ТТК 2021 | Компот из замороженной вишни | 200 | | 0,12 | 0,03 | 11,57 | 48 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 24,62 | 22,39 | 76 | 621 |
| ПЯТНИЦА | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 139/2004 | Суп картофельный с горохом | 250 | | 8,36 | 8,3 | 39,27 | 265 |
| ТТК2022 | Элеш с птицей | 100 | | 10,2 | 17,78 | 34,2 | 338 |
| ТТК 2021 | Напиток из замороженной клюквы | 200 | | | | 9,98 | 40 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 20,04 | 26,36 | 96,9 | 720 |
| СУББОТА | | | | | | | |
| Комплекс № 2 | | | | | | | |
| 532/2013 | Плоды свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| 101/2015 | Суп картофельный с рисом | 250 | | 3,12 | 10,4 | 33,6 | 240 |
| ТТК2018 | Корж Молочный | 50 | | 3,5 | 6,2 | 35,01 | 211 |
| ТТК 2021 | Компот из замороженной вишни | 200 | | 0,12 | 0,03 | 11,57 | 48 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 30 | | 1,5 | 0,3 | 13,5 | 77 |
| | Итого: | | 55,00 | 8,24 | 16,92 | 93,7 | 576 |

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"

Handwritten signature of the deputy director



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ г. Казани
с 9 по 14 сентября, с 23 по 28 сентября 2024 г
Горячее бесплатное питание младшие

2 неделя (СЕНТЯБРЬ)

| № Сб.ред | Наименование продуктов | Выход | Стои-ть | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--------------------|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | | | |
| ТТК 2023 г | Тефтели из говядины в соусе томатном | 60/30 | | 12,79 | 13,93 | 11,73 | 223 |
| № 202/2015 г | Рис отварной | 150 | | 3,83 | 5,43 | 40,01 | 224 |
| № 71/2015 г | Овощи натуральные свежие (помидоры) доп. гарнир | 30 | | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7 |
| № 630/1996 г | Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | | 7,99 | 32 |
| | Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| | Итого: | 518 | 66,80 | 19,49 | 19,78 | 79,71 | 577 |
| ВТОРНИК | | | | | | | |
| ТТК 2023 г | Жаркое из птицы | 40/160 | | 12,89 | 15,91 | 35,79 | 341 |
| № 71/2015 г | Овощи натуральные свежие (огурцы) | 60 | | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7 |
| № 630/1996 г | Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | | 7,99 | 32 |
| | Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| | Итого: | 500 | 66,80 | 15,85 | 16,33 | 63,76 | 471 |
| СРЕДА | | | | | | | |
| ТТК 2022 г | Бифштекс рубленый по - домашнему | 90 | | 10,69 | 12,03 | 15,36 | 210 |
| № 302/2015 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | | 6,62 | 5,39 | 41,87 | 242 |
| № 71/2015 г | Овощи натуральные свежие (помидоры) доп. гарнир | 30 | | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7 |
| № 630/1996 г | Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | | 7,99 | 32 |
| | Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| | Итого: | 528 | 66,80 | 20,18 | 17,84 | 85,20 | 582 |
| ЧЕТВЕРГ | | | | | | | |
| ТТК 2021 г | Плов с птицей | 40/160 | | 15,44 | 19,29 | 53,88 | 430 |
| № 71/2015 г | Овощи натуральные свежие (огурцы) доп. гарнир | 60 | | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7 |
| ТТК 2021 г | Компот из замороженной компотной смеси | 200 | | 0,02 | | 7,99 | 32 |
| | Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| | Итого: | 500 | 66,80 | 18,40 | 19,71 | 81,85 | 560 |
| ПЯТНИЦА | | | | | | | |
| № 45/2015 | Салат из белокачанной капусты | 60 | | 0,93 | 3,05 | 5,64 | 54 |
| ТТК 2024 г | Ёжики рыбные с рисом в томатном соусе | 60/30 | | 10,25 | 8,16 | 25,36 | 230 |
| № 312/2015 г | Пюре картофельное | 150 | | 3,28 | 4,65 | 29,93 | 174 |
| ТТК 2021 г | Компот из замороженной компотной смеси | 200 | | 0,02 | | 7,99 | 32 |
| | Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| | Итого: | 540 | 66,80 | 17,00 | 16,22 | 87,76 | 581 |
| СУББОТА | | | | | | | |
| № 243/2015 г | Сосиски отварные | 2 шт/100 | | 11,40 | 15,71 | 8,80 | 219 |
| № 202/2015 г | Макаронные изделия отварные | 150 | | 5,64 | 4,46 | 35,95 | 207 |
| № 71/2015 г | Овощи натуральные свежие (помидоры) доп. гарнир | 30 | | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7 |
| № 630/1996 г | Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | | 7,99 | 32 |
| | Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный) | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| | Итого: | 528 | 66,80 | 19,91 | 20,59 | 72,72 | 556 |

Начальник отдела по организации питания:
Зав. производством:
Калькулятор:

Handwritten signatures of the department head, production supervisor, and calculator

"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
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
с 9 по 14 сентября, с 23 по 28 сентября 2024 г

2 - я неделя (СЕНТЯБРЬ)

1 - ый день

| №Сб.ре | Наименование блюд | Выход | стоимость | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|--|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | | |
| № 338/201 | Фрукты свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| №3/2015 | Бутерброд с сыром (с батоном) | 30/15 | | 6,19 | 4,86 | 131 | 131 |
| ТТК 2023 | Салат - бар огурцы свежие помидоры свежие масло растительное | 100 | | 0,85 | 5,1 | 55 | 62 |
| | | | сред. | 2,51 | 3,49 | 65,92 | 83 |
| 1 - ЫЕ БЛЮДА | | | | | | | |
| 97/2015 | Суп картофельный | 250 | | 3,5 | 5,40 | 20 | 142 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | | |
| гтк 2023 | Тефтели из говядины в соусе томатном | 60/30 | | 12,8 | 13,93 | 11,73 | 223,45 |
| гтк 2019 | Рыба (филе) запечённая | 75 | | 17,29 | 9,89 | 3,28 | 171 |
| гтк 2024 | Котлеты из мяса птицы | 90 | | 12,03 | 13,73 | 7,07 | 197 |
| гтк 2021 | Птица запечённая | 100 | | 26,7 | 24,5 | 150 | 332 |
| | | | сред. | 17,20 | 15,50 | 43,02 | 231 |
| гтк2018 | Блинчики со сгущённым молоком | 4 шт/180/20 | | 11,34 | 8,39 | 66,90 | 390 |
| ГАРНИРЫ | | | | | | | |
| 304/2015 | Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48,0 | 269 |
| 309/2015 | Спагетти отварные (масло растит.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,1 | 254 |
| гтк 2020 | Овощная смесь (Европейская) отварная | 100 | | 3,55 | 3,3 | | 80 |
| | | | сред. | 4,96 | 5,30 | 30,36 | 201 |
| НАПИТКИ | | | | | | | |
| гтк 2021 | Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,04 | | 8,13 | 34 |
| гтк 2023 | Напиток из урюка | 200 | | 0,8 | 0,06 | 18,46 | 79 |
| | | | сред. | 0,42 | 0,03 | 13,3 | 57 |
| Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 68 | 91 |

Итого с сам.блюд 79,00 14,27 11,91 146,1 530
Итого: 79,00 27,60 24,69 220,6 662



2 - ой день

| №Сб.ре | Наименование блюд | Выход | стоимост | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|--|--------|----------|-------|-------|-------|------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | | |
| | | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| е 338/201 | Фрукты свежие (яблоки) | 30/15 | | 6,2 | 4,90 | 131 | 131 |
| ТТК 2022 | Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с | 100 | | 0,75 | 5,1 | 55 | 75 |
| ТТК 2023 | Салат - бар капуста свежая морковь свежая масло растительное | | | | | | |
| | | сред. | | 2,48 | 3,49 | 65,9 | 87 |
| 1 - ые БЛЮДА | | | | | | | |
| 88/2015 | Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 250/10 | | 9,01 | 10,12 | 41 | 292 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | | |
| ТТК 2021 | Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка | 70/5/5 | | 17,5 | 10,6 | 2,67 | 176 |
| | | 100 | | 19 | 19,1 | 1,28 | 251 |
| ТТК 2019 | Шашлык из птицы (на шампуре) с соусом "Переменка" | 60/30 | | 9,46 | 9,91 | 8,56 | 161 |
| ТТК 2020 | Ёжики мясные с рисом в соусе томатном | сред. | | 15,31 | 13,21 | 4,17 | 196 |
| ТТК 2020 | Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным | 180/5 | | 20,4 | 16,35 | | 406 |
| ТТК 2023 | Жаркое из птицы | 40/160 | | 11,4 | 11,25 | 29,1 | 263 |
| | | сред. | | 15,90 | 13,80 | 14,55 | 335 |
| ГАРНИРЫ | | | | | | | |
| 510/2004 | Каша полбяная вязкая | 180 | | 4,31 | 5,5 | 23,3 | 160 |
| 309/2015 | Макаронные изделия отварные (масло растит.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,1 | 254 |
| ТТК 2020 | Овощная смесь отварная | 100 | | 3,55 | 3,3 | 8,88 | 80 |
| | | сред. | | 4,86 | 4,98 | 25,09 | 165 |
| НАПИТКИ | | | | | | | |
| ТТК 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | | 7,98 | 32 |
| ТТК 2023 | Напиток из вишни | 200 | | 0,12 | 0,03 | 11,57 | 48 |
| | | сред. | | 0,06 | 0,02 | 9,78 | 40 |
| | Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 68 | 91 |
| | | | Итого с | 79,00 | 20,95 | 17,67 | 553 |
| | | | сам.блюд | 79,00 | 25,22 | 22,06 | 579 |
| | | | Итого: | | | | |



2 - ой день

№Сб.рз Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)

| №Сб.рз | Наименование блюд | Выход | стоимость | белки | жиры | углев. | Ккал |
|-----------|---------------------------------------|-------|-----------|-------|------|--------|------|
| в 338/201 | Фрукты свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| ттк 2022 | Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с | 30/15 | | 6,2 | 4,90 | 15,4 | 131 |
| ттк 2023 | Салат - бар | 100 | | 1,47 | 5,1 | 8,5 | 87 |
| | капуста свежая | | | | | | |
| | морковь свежая | | | | | | |
| | масло растительное | | | | | | |

1 - ые БЛЮДА

| | | | | | | | |
|---------|--|--------|--|------|-------|-------|-----|
| 88/2015 | Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 250/10 | | 9,01 | 10,12 | 41,14 | 292 |
|---------|--|--------|--|------|-------|-------|-----|

ВТОРЫЕ БЛЮДА

| | | | | | | | |
|----------|--|--------|--|--------------|--------------|-------------|------------|
| ттк 2019 | Чахохбили из птицы | 50/50 | | 10,76 | 14,17 | 6,93 | 199 |
| ттк 2021 | Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка | 70/5/5 | | 17,47 | 10,62 | 2,67 | 176 |
| ттк 2020 | Медальоны из птицы запеченные с сыром | 80/5 | | 16,40 | 19,6 | 0,92 | 246 |
| | сред. | | | 14,88 | 14,80 | 3,51 | 207 |

| | | | | | | | |
|----------|---|--------|--|--------------|--------------|--------------|------------|
| ттк 2020 | Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным | 180/5 | | 20,4 | 16,35 | 44,19 | 406 |
| ттк2023 | Жаркое по - домашнему | 40/160 | | 12,1 | 17,93 | 39,88 | 370 |
| | сред. | | | 16,23 | 17,14 | 42,04 | 388 |

ГАРНИРЫ

| | | | | | | | |
|----------|-----------------------------------|-----|--|-------------|-------------|--------------|------------|
| 304/2015 | Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48 | 269 |
| 309/2015 | Спагетти отварные (масло растит.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,08 | 254 |
| 139/2015 | Капуста тушеная | 180 | | 4,24 | 7,4 | 18,03 | 159 |
| 139/2015 | Картофель запечённый (из сырого) | 150 | | 3,51 | 8,2 | 28,4 | 202 |
| | сред. | | | 4,94 | 6,93 | 39,83 | 242 |

НАПИТКИ

| | | | | | | | |
|----------|--|---------|--|-------------|-------------|-------------|-----------|
| ттк 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,04 | | 8,13 | 34 |
| ттк2023 | Напиток из вишни | 200 | | 0,12 | 0,03 | 11,57 | 48 |
| | сред. | | | 0,08 | 0,02 | 9,85 | 41 |

| | | | | | | | |
|--|---|-------|--|------|------|-------|----|
| | Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
|--|---|-------|--|------|------|-------|----|

Итого с
сам.блюд 79,00 21,54 21,01 82,61 611

Итого: 79,00 25,14 25,60 83,91 672

3 - ий день

| №Сб.ре | Наименование блюд | Выход | стоимость | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|--|-------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | | |
| в 338/201 | Флоды свежле (яблокл) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| №3/2015 | Бутерброд с сырор (с батонор) | 30/15 | | 6,19 | 4,86 | 15,42 | 131 |
| ТТК 2023 | Салат - бар | 100 | | 1,12 | 5,2 | 2,22 | 62 |
| | капуста пеклнкская | | | | | | |
| | помлдоры свежле | | | | | | |
| | масло растлтелное | | | | | | |
| | | сред. | | 2,60 | 3,51 | 9,80 | 83 |
| 1 - ые БЛЮДА | | | | | | | |
| 96/2015 | Рассольнк Ленинградскл со сметаной | 250/10 | | 5,04 | 7,60 | 17,30 | 158 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | | |
| ТТК 2023 | Блфштекс рубленый по - домашнему | 90 | | 10,7 | 12,03 | 15,36 | 210 |
| ГТК 2019 | Голень запечённая | 90 | | 22,8 | 32,60 | 2,15 | 393 |
| ТТК 2020 | Рыба (флле) запечённая с сырор | 75/5 | | 18,60 | 11,20 | 2,64 | 186 |
| | | сред. | | 17,36 | 18,61 | 6,72 | 263 |
| ТТК 2021 | Птлцы (флле) запечённая по - Французскл | 200 | | 18,89 | 32,11 | 18,78 | 441 |
| ГАРНИРЫ | | | | | | | |
| 302/2015 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | | 7,95 | 6,5 | 50,25 | 291 |
| 309/2015 | Спагеттл отварные (масло растл.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,08 | 254 |
| ТТК 2020 | Овощная смесь (Европейская) отварная | 100 | | 3,55 | 3,3 | 8,88 | 80 |
| | | сред. | | 6,07 | 5,29 | 34,07 | 208 |
| НАПИТКИ | | | | | | | |
| ТТК 2021 | Чай чернлй пакетлрованный с сахарор, ллмонор | 200/8/5 | | 0,04 | | 8,13 | 34 |
| ТТК 2021 | Наплток лз урюка | 200 | | 0,8 | 0,06 | 18,46 | 79 |
| | | сред. | | 0,42 | 0,03 | 13,30 | 57 |
| | Хлеб ржанор - пшеничнлй/ хлеб пшеничнлй 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 68 | 91 |
| | | Итого с сам.блюд | 79,00 | 24,43 | 36,01 | 109,9 | 672 |
| | | Итого: | 79,00 | 28,97 | 27,80 | 131,9 | 702 |



3 - ий день

| №Сб.ре | Наименование блюд | Выход | стоимость | белки | жиры | углев. | Ккал |
|---|---|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | | |
| 339/2011 | Фрукты свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| 43/2015 | Бутерброд с сыром (с батоном) | 30/15 | | 6,19 | 4,86 | 15,42 | 131 |
| ТТК 2023 | Салат - бар | 100 | | 1,12 | 5,2 | 2,22 | 62 |
| | капуста пекинская | | | | | | |
| | помидоры свежие | | | | | | |
| | масло растительное | | | | | | |
| | 1 - ые БЛЮДА | сред. | | 2,60 | 3,51 | 9,80 | 83 |
| 96/2015 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/10 | | 5,04 | 7,60 | 17,3 | 158 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | | |
| ТТК 2021 | Чикен | 90 | | 9,1 | 10,11 | 19,09 | 202 |
| ТТК 2020 | Рыба (филе) запеченная с сыром | 75/5 | | 18,60 | 11,20 | 2,64 | 186 |
| 243/2015 | Сосиски отварные | 2 шт/100 | | 11,4 | 15,71 | 8,8 | 219 |
| | сред. | сред. | | 13,03 | 12,34 | 10,18 | 202 |
| ТТК 2021 | Птицы (филе) запеченная по - Французски | 200 | | 18,89 | 32,11 | 18,78 | 441 |
| ТТК 2021 | Запеканка картофельная с мясом | 200 | | 14,42 | 18,3 | 27,65 | 331 |
| | сред. | сред. | | 16,66 | 25,19 | 23,22 | 386 |
| ГАРНИРЫ | | | | | | | |
| 302/2015 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | | 7,94 | 6,5 | 50,25 | 291 |
| 309/2015 | Макаронные изделия отварные (масло растит.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,08 | 254 |
| ТТК 2020 | Капуста брокколи отварная | 100 | | 3,11 | 3,4 | 4,4 | 31 |
| | сред. | сред. | | 5,92 | 5,32 | 32,57 | 192 |
| НАПИТКИ | | | | | | | |
| ТТК 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | | 7,98 | 32 |
| ТТК 2021 | Напиток из урюка | 200 | | 0,8 | 0,06 | 18,46 | 79 |
| | сред. | сред. | | 0,40 | 0,03 | 13,22 | 56 |
| | Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 |
| | Итого с сам.блюд | | 79,00 | 22,17 | 29,09 | 65,08 | 616 |
| | Итого: | | 79,00 | 24,47 | 21,56 | 84,61 | 624 |



4 - ый день

| №Сб.ре | Наименование блюд | Выход | стоимость | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|--|-------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | | |
| 338/201 | Флоды свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| ттк 2022 | Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с) | 30/15 | | 6,2 | 4,90 | 15,4 | 131 |
| ттк 2023 | Салат - бар | 100 | | 1,27 | 5,1 | 3,34 | 77 |
| | огурцы свежие | | | | | | |
| | капуста свежая | | | | | | |
| | масло растительное | | | | | | |
| | | сред. | | 2,65 | 3,49 | 10,17 | 88 |
| 1 - ые БЛЮДА | | | | | | | |
| 82/2015 | Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной | 250/10 | | 9,54 | 11,16 | 28 | 249 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | | |
| ттк | Гуляш из птицы | 50/50 | | 14,6 | 15,3 | 3,23 | 209 |
| ттк 2019 | Рыба (филе) запечённая | 75 | | 17,29 | 9,89 | 3,28 | 171 |
| ттк 2023 | Тефтели из говядины в соусе томатном | 60/30 | | 12,8 | 13,93 | 11,73 | 223 |
| | | сред. | | 14,90 | 13,03 | 6,08 | 201 |
| ттк 2021 | Плов с птицей | 40/160 | | 15,4 | 19,3 | 53,88 | 430 |
| ттк 2020 | Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным | 180/5 | | 20,4 | 16,35 | 44,19 | 406 |
| | | сред. | | 17,92 | 17,82 | 49,04 | 418 |
| ГАРНИРЫ | | | | | | | |
| ттк 2020 | Капуста брокколи отварная | 100 | | 3,11 | 3,4 | 4,4 | 31 |
| 304/2015 | Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48,0 | 269 |
| 309/2015 | Макаронные изделия отварные (масло растит.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,1 | 254 |
| 139/2015 | Картофель запечённый (из сырого) | 150 | | 3,51 | 8,2 | 28,40 | 202 |
| | | сред. | | 4,45 | 5,90 | 25,29 | 162 |
| НАПИТКИ | | | | | | | |
| ттк 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,04 | | 8,13 | 34 |
| ттк 2021 | Напиток из шиповника | 200 | | 0,01 | | 10,18 | 41 |
| | | сред. | | 0,03 | 0,00 | 9,16 | 38 |
| | Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 68 | 91 |
| | | Итого с сам.блюд | 79,00 | 23,12 | 21,67 | 136,4 | 635 |
| | | Итого: | 79,00 | 24,54 | 22,78 | 118,7 | 580 |

4 - ый день

| №Сб.ре | Наименование блюд | Выход | стоимость | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|--|-------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | | |
| 338/2011 | Плоды свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| ТТК 2022 | Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с) | 30/15 | | 6,2 | 4,90 | 15,4 | 131 |
| ТТК 2023 | Салат - бар | 100 | | 1,27 | 5,1 | 3,34 | 77 |
| | огурцы свежие | | | | | | |
| | капуста свежая | | | | | | |
| | масло растительное | | | | | | |
| | | сред. | | 2,65 | 3,49 | 10,17 | 88 |
| 1 - ые БЛЮДА | | | | | | | |
| 82/2016 | Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной | 250/10 | | 9,54 | 11,16 | 28 | 249 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | | |
| ТТК | Гуляш из птицы | 50/50 | | 14,6 | 15,3 | 3,23 | 209 |
| ТТК 2019 | Рыба (филе) запечённая | 75 | | 17,29 | 9,89 | 3,28 | 171 |
| ТТК 2023 | Тефтели из говядины в соусе томатном | 60/30 | | 12,8 | 13,93 | 11,73 | 223 |
| | | сред. | | 14,90 | 13,03 | 6,08 | 201 |
| ТТК 2021 | Плов с птицей | 40/160 | | 15,4 | 19,3 | 53,88 | 430 |
| ТТК 2020 | Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным | 180/5 | | 20,4 | 16,35 | 44,19 | 406 |
| | | сред. | | 17,92 | 17,82 | 49,04 | 418 |
| ГАРНИРЫ | | | | | | | |
| ТТК 2020 | Капуста брокколи отварная | 100 | | 3,11 | 3,4 | 4,4 | 31 |
| 304/2016 | Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48,0 | 269 |
| 309/2016 | Макаронные изделия отварные (масло растит.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,1 | 254 |
| 139/2016 | Картофель запечённый (из сырого) | 150 | | 3,51 | 8,2 | 28,40 | 202 |
| | | сред. | | 4,45 | 5,90 | 25,29 | 162 |
| НАПИТКИ | | | | | | | |
| ТТК 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,04 | | 8,13 | 34 |
| ТТК 2021 | Напиток из шиповника | 200 | | 0,01 | | 10,18 | 41 |
| | | сред. | | 0,03 | 0,00 | 9,16 | 38 |
| | Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 68 | 91 |
| | | Итого с сам.блюд | 79,00 | 23,12 | 21,67 | 136,4 | 635 |
| | | Итого: | 79,00 | 24,54 | 22,78 | 118,7 | 580 |



5 - ый день

| №Сб.ре | Наименование блюдо | Выход | стоимость | белки | жиры | ККАЛ | Ккал |
|---|---|-------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | | |
| 338/201 | Фрукты свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 42 | 56 |
| №3/2015 | Бутерброд с сыром (с батоном) | 30/15 | | 6,19 | 4,86 | 131 | 131 |
| ТТК 2023 | Салат - бар | 100 | | 1,47 | 5,1 | 8,50 | 87 |
| | капуста свежая | | | | | | |
| | морковь свежая | | | | | | |
| | масло растительное | | | | | | |
| | | сред. | | 2,71 | 3,48 | 60,50 | 91 |
| 1 - ые БЛЮДА | | | | | | | |
| 103/2015 | Суп картофельный с горохом | 250 | | 8,36 | 8,28 | 39,3 | 265 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | | |
| 260/2015 | Гуляш из говядины | 45/45 | | 13,7 | 15,90 | 2,56 | 208 |
| ГТК 2021 | Птица в томатном соусе | 50/50 | | 9,91 | 10,58 | 4 | 150 |
| ТТК 2020 | Ёжики рыбные с рисом в томатном соусе | 60/30 | | 10,3 | 8,16 | 25,36 | 230 |
| | | сред. | | 11,29 | 11,55 | 10,52 | 196 |
| ТТК2018 | Блинчики со сгущённым молоком | 4 шт/180/20 | | 11,34 | 8,39 | 66,90 | 390 |
| ТТК2023 | Жаркое из птицы | 40/160 | | 11,4 | 11,25 | 29,1 | 263 |
| | | сред. | | 11,37 | 9,82 | 48,00 | 327 |
| ГАРНИРЫ | | | | | | | |
| 302/2015 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | | 7,94 | 6,5 | 50,24 | 291 |
| 309/2015 | Спагетти отварные (масло растит.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,08 | 254 |
| 129/2015 | Капуста цветная отварная | 100 | | 3,01 | 3,4 | 5,06 | 63 |
| 312/2015 | Пюре картофельное | 180 | | 3,94 | 5,58 | 26,43 | 175 |
| | | сред. | | 5,40 | 5,38 | 31,20 | 196 |
| НАПИТКИ | | | | | | | |
| ТТК 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | | 32 | 32 |
| ТТК 2021 | Компот из замороженной компотной смеси | 200 | | 0,13 | 0,02 | | 46 |
| | | сред. | | 0,07 | 0,01 | 16,00 | 39 |
| | Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 68 | 91 |
| | | Итого с сам.блюд | 79,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0 |
| | | Итого: | 79,00 | 21,99 | 20,77 | 186 | 613 |

5 - ый день

| №Сб.ре | Наименование блюд | Выход | стоимость | белки | жиры | углев. | Ккал |
|---|-------------------------------|-------|-----------|-------|-------|--------|------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | | |
| з 338/201 | Флоды свежие (яблоки) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 | |
| №3/2015 | Бутерброд с сыром (с батоном) | 30/15 | 6,19 | 4,86 | 15,42 | 131 | |
| ттк 2023 | Салат - бар | 100 | 1,47 | 5,1 | 8,5 | 87 | |
| | капуста свежая | | | | | | |
| | морковь свежая | | | | | | |
| | масло растительное | | | | | | |

1 - ые БЛЮДА

| | | | | | | | |
|----------|--------------------------------------|--------|------|-----|-------|-----|--|
| 103/2016 | Суп картофельный с горохом, гренками | 250/10 | 8,36 | 8,3 | 39,27 | 265 | |
|----------|--------------------------------------|--------|------|-----|-------|-----|--|

ВТОРЫЕ БЛЮДА

| | | | | | | | |
|----------|----------------------------------|-------|--------------|--------------|-------------|------------|--|
| ттк 2022 | Биточки рыбные из минтая | 90 | 12,1 | 15,3 | 15,92 | 238 | |
| ттк | Гуляш из птицы | 50/50 | 14,6 | 15,3 | 3,23 | 209 | |
| ттк 2023 | Бифштекс рубленый по - домашнему | 90 | 10,7 | 12,03 | 15,36 | 210 | |
| ттк 2019 | Голень запечённая | 90 | 22,8 | 32,60 | 2,15 | 393 | |
| | сред. | | 15,04 | 18,80 | 9,17 | 263 | |

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|--|
| ттк2018 | Блинчики со сгущённым молоком | 4 шт/180/20 | 11,34 | 8,39 | 66,90 | 390 | |
| ттк2023 | Жаркое по - домашнему | 40/160 | 11,2 | 12,43 | 28,83 | 273 | |
| | сред. | | 11,29 | 10,41 | 47,87 | 332 | |

ГАРНИРЫ

| | | | | | | | |
|----------|---|-----|-------------|-------------|--------------|------------|--|
| 302/2015 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 7,94 | 6,5 | 50,25 | 291 | |
| 309/2015 | Макаронные изделия отварные (масло растит.) | 180 | 6,72 | 6,1 | 43,06 | 254 | |
| 129/2015 | Капуста цветная отварная | 100 | 3,01 | 3,36 | 5,06 | 63 | |
| 312/2015 | Пюре картофельное | 180 | 3,94 | 5,58 | 26,43 | 175 | |
| | сред. | | 5,40 | 5,38 | 31,20 | 196 | |

НАПИТКИ

| | | | | | | | |
|----------|--|-------|-------------|-------------|-------------|-----------|--|
| ттк 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | 7,98 | 32 | |
| ттк 2021 | Компот из замороженной компотной смеси | 200 | 0,13 | 0,02 | 11,15 | 46 | |
| | сред. | | 0,07 | 0,01 | 9,57 | 39 | |

| | | | | | | | |
|--|---|-------|------|------|-------|----|--|
| | Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/20 | 2,52 | 0,36 | 18,84 | 91 | |
|--|---|-------|------|------|-------|----|--|

| | | | | | | | |
|--|-------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|--|
| | Итого с сам.блюд | 79,00 | 16,54 | 16,28 | 69,13 | 494 | |
| | Итого: | 79,00 | 25,74 | 28,02 | 80,66 | 680 | |



6 - ой день

| №Сб.ре | Наименование блюд | Выход | стоимости | белки | жиры | углев | Ккал |
|----------|---|------------------|-----------|-------|-------|-------|------|
| | ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | |
| 338/201 | Плоды свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| ТТК 2023 | Салат - бар | 100 | | 0,85 | 5,1 | 2,71 | 62 |
| | огурцы свежие | | | | | | |
| | помидоры свежие | | | | | | |
| | масло растительное | | | | | | |
| | 1 - ЫЕ БЛЮДА | сред. | | 0,67 | 2,81 | 7,24 | 59 |
| 101/2015 | Суп картофельный с рисом | 250 | | 3,12 | 10,3 | 33,60 | 240 |
| | ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | |
| ТТК 2020 | Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным | 180/5 | | 20,4 | 16,35 | 44,19 | 406 |
| | | сред. | | 20,40 | 16,35 | 44,19 | 406 |
| ТТК 2019 | Птица запеченная (цыплята) | 100 | | 26,6 | 24,4 | 0,97 | 332 |
| 243/2015 | Сосиски отварные | 2 шт/100 | | 11,4 | 15,71 | 0,80 | 219 |
| | | сред. | | 19,00 | 20,06 | 0,89 | 276 |
| | ГАРНИРЫ | | | | | | |
| 004/2015 | Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48,0 | 269 |
| 09/2015 | Макаронные изделия отварные (масло растит.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,08 | 254 |
| | | сред. | | 5,66 | 6,29 | 45,55 | 262 |
| | НАПИТКИ | | | | | | |
| ТТК 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,04 | | 8,13 | 34 |
| ТТК 2021 | Напиток из урюка | 200 | | 0,8 | 0,06 | 18,46 | 79 |
| | | сред. | | 0,42 | 0,03 | 13,30 | 57 |
| | Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 68 | 91 |
| | | | | | | | |
| | | Итого с сам.блюд | 79,00 | 24,01 | 19,55 | 132,7 | 613 |
| | | Итого: | 79,00 | 28,27 | 29,55 | 135,0 | 744 |

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор



6 - ой день

| №Сб.ре | Наименование блюд | Выход | стоимость | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|---|------------------|-----------|-------|-------|-------|------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | | |
| 338/201 | Плоды свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| ТТК 2023 | Салат - бар | 100 | | 0,85 | 5,1 | 2,71 | 62 |
| | огурцы свежие | | | | | | |
| | помидоры свежие | | | | | | |
| | масло растительное | | | | | | |
| | | сред. | | 0,67 | 2,81 | 7,24 | 59 |
| 1 - ЫЕ БЛЮДА | | | | | | | |
| 101/2015 | Суп картофельный с рисом | 250 | | 3,12 | 10,3 | 33,60 | 240 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | | |
| ТТК 2020 | Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным | 180/5 | | 20,4 | 16,35 | 44,19 | 406 |
| | | сред. | | 20,40 | 16,35 | 44,19 | 406 |
| ТТК 2019 | Птица запеченная (цыплята) | 100 | | 26,6 | 24,4 | 0,97 | 332 |
| 243/2015 | Сосиски отварные | 2 шт/100 | | 11,4 | 15,71 | 0,80 | 219 |
| | | сред. | | 19,00 | 20,06 | 0,89 | 276 |
| ГАРНИРЫ | | | | | | | |
| 304/2015 | Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48,0 | 269 |
| 309/2015 | Макаронные изделия отварные (масло растит.) | 180 | | 6,72 | 6,1 | 43,08 | 254 |
| | | сред. | | 5,66 | 6,29 | 45,55 | 262 |
| НАПИТКИ | | | | | | | |
| ТТК 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,04 | | 8,13 | 34 |
| ТТК 2021 | Напиток из урюка | 200 | | 0,8 | 0,06 | 18,46 | 79 |
| | | сред. | | 0,42 | 0,03 | 13,30 | 57 |
| | Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,36 | 68 | 91 |
| | | Итого с сам.блюд | 79,00 | 24,01 | 19,55 | 132,7 | 613 |
| | | Итого: | 79,00 | 28,27 | 29,55 | 135,0 | 744 |

Начальник отдела по организации питания
Зав.производством
Калькулятор

