

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

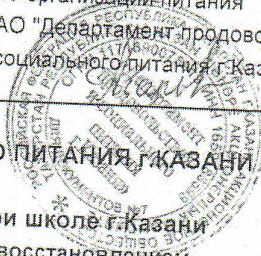
Т.Н. Кашлева



"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 использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & chill)

1 - я неделя ОКТЯБРЬ

с 10 по 15 октября, с 24 по 29 октября 2022г,

№Сб. прей 1 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимост	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
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	75		0,83	0,2	2,85	18
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	80		5,89	12,0	8,912	168
	сред.		2,23	5,88	9,69	102

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	80/5		25,3	24,14	0,411	321
ттк 2020 Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	сред.		19,06	20,45	3,17	272
ттк 2016 Лазанья с мясом	160		17,7	24,1	25,9	410
ттк 2016 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
ттк 2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/30		12,8	10,1	78	455
	сред.		17,36	23,17	44,50	463

ГАРНИРЫ

ттк 2014 Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ттк 2016 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	20/20		2,52	0,4	18,84	91
---	-------	--	------	-----	-------	----

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

№Сб. рел 2 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
сб.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
23/2015 Салат из свежих помидоров (с луком)	100		1,05	6,18	3,61	77
ттк 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
ттк 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		2,17	7,37	10,47	118

1-ЫЕ БЛЮДА

82/2015 Борщ со свежей капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,75	7,5	12,57	133
--	----------	--	------	-----	-------	-----

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
	сред.		15,66	12,63	4,23	191
ттк 2022 Грудки куриные по-французски	180		17	29,0	16,9	397
ттк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5		21,4	22,5	38,3	442
	сред.		19,20	25,75	27,60	420

ГАРНИРЫ

304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ттк 2014 Макароны изделия отварные	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 пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10		0,5	0,0	13,28	56
348/2015 Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
	сред.		0,75	0,06	21,92	92
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

№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	
ТТК2013 Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами	100	1,29	10,1	3,61	111	
ТТК2019 Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит.)	40/40/5	0,9	5,15	2,85	62	
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	80	5,89	12,0	8,912	168	
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.	1,79	8,00	7,18	109	
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с вермишелью, с куриными грудками	250/10	4,61	4,5	21,1	144	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20	11,8	13,6	7,91	200	
ТТК 2021 Гуляш из индейки	50/50	14,6	15,3	3,235	209	
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	80	18,5	10,6	3,5	182	
ТТК 2022 Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20	16,6	20,7	4,3	266	
	сред.	15,38	15,05	4,74	214	
ТТК 2022 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)	150	3,5	8,2	28,4	202	
ТТК2016 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.	3,87	5,79	21,20	152	
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	15/15	1,89	0,3	14,13	68	

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

№Сб. пр. 4 день

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
71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	75		0,53	0,1	1,43	8
ТТК 2019 Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	100		6,5	12	1,80	142
ТТК 2016 Салат "Каприз" (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, м/растит.)	80		2,2	9,6	4,5	115
ТТК 2021 Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
	сред.		2,09	6,22	6,02	89,67
1-ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,43	6,5	7,42	103
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.		18,72	16,51	3,84	238
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	сред.		19,85	25,20	38,80	463
ГАРНИРЫ						
ТТК 2014 Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
ТТК 2016 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 черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из замороженной клюквы	200		0,12	0,03	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,87	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,4	21,1	102

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

№Сб. рел 5 день

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
тгк2022 Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
тгк 2016 Салат "Итальянские каникулы" (фасоль, помидоры св., огурцы солён, м/р)	100		2,6	8,4	6,7	115
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	75		0,83	0,2	2,85	18
53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
тгк 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		1,28	5,48	9,47	94
1-ые БЛЮДА						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
тгк 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
тгк 2021 Котлеты "Школьные" с соусом томатным	80/20		11,5	11,23	8,52	178
тгк 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
тгк 2021 Гуляш из индейки	50/50		14,6	15,3	3,235	209
	сред.		14,24	14,52	3,27	200
438/2004 Азу с говядиной	50/150		17,2	21,0	19	334
тгк2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	4шт/140/30		37,4	11,3	45,13	438
	сред.		27,30	16,15	32,07	386,0
ГАРНИРЫ						
тгк2020 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
тгк2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
139/2015 Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,12	6,20	23,62	169
НАПИТКИ						
тгк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
тгк 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			

Ланч

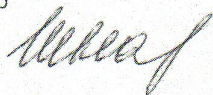
№Сб. рей 6 день

СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

23/2015	Салат из свежих помидоров (без лука)	100	1,05	6,2	3,6	77
ткк 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5	21,4	22,5	38,3	442
ткк 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
	Итого-	73,00	24,97	29,06	68,7	642

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор



"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

Т.А. Якимов



"Утверждаю"

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

МЕНЮ СКОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №

с 10 по 15 октября, с 24 по 29 октября 2022г

(С СУПОМ)

№ Сб.рек	Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
Горячий завтрак (старшие)						
сб.1983	Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/10/22	12,6	8,7	24,3	225
ТТК2022	Перемяч с мясом печёный	50	6,3	10,10	16,4	183
685/2004	Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	Итого:	48,00	19,67	18,95	55,4	473
ВТОРНИК						
Горячий завтрак (старшие)						
82/2015	Борщ с капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/5	5,6	9,1	12,7	156
ТТК2018	Маффин Лимонный	50	3,2	10,4	29,8	211
ТТК 2021	Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
	Итого:	48,00	9,92	19,73	63,1	459
СРЕДА						
Горячий завтрак (старшие)						
103/2015	Суп картофельный с вермишелью,мясными фрикадельками	250/11	2,9	3,0	20,9	123
ТТК2021	Пицца с сыром	85	13,60	11,40	24	252
685/2004	Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	Итого:	48,00	17,27	14,55	59	440
ЧЕТВЕРГ						
Горячий завтрак (старшие)						
88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/10	5,6	9,7	9,8	149
ТТК2018	Корж Яблочный	65	3,30	5,90	34	251
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	Итого:	48,00	9,66	15,75	60,55	474
ПЯТНИЦА						
Горячий завтрак (старшие)						
97/2015	Суп картофельный с фрикадельками из птицы	250/22	6,2	6,1	20	161
ТТК2018	Маффин Шоколадный	50	3,2	10,4	29,8	211
685/2004	Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	Итого:	48,00	10,17	16,65	64,5	437
СУББОТА						
Горячий завтрак (старшие)						
96/2015	Рассольник "Домашний" со сметаной	250/5	2,53	6,9	15,28	134
ТТК2019	Пирожное песочное нарезное	50	3,40	13,90	28	253
389/2015	Сок фруктовый разливной в ассортименте	200				44
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	Итого:	48,00	6,68	20,90	50,5	464

Начальник отдела по организации питания: *М*

Зав. производством:

Калькулятор: *А.А.А.А.*

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

Т. М. Рахимова



"Утверждаю"

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

А. К. Арапова

МЕНЮ (СУПЫ)

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе №

с 10 по 15 октября, с 24 по 29 октября 2022г

1 - я неделя **ОКТАБРЬ**

№ Сб.реу	Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
Горячий завтрак (старшие)						
сб.1983	Суп гороховый с гречками, с фрикадельками из птицы	250/10/22	12,6	8,7	24,3	225
	Итого:	16,00	12,60	8,70	24,3	225
ВТОРНИК						
Горячий завтрак (старшие)						
82/2015	Борщ с капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/10	5,6	9,1	12,7	164
	Итого:	16,00	5,60	9,10	12,7	164
СРЕДА						
Горячий завтрак (старшие)						
103/2015	Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	250/11	2,9	3,0	20,9	123
	Итого:	16,00	2,90	3,00	21	123
ЧЕТВЕРГ						
Горячий завтрак (старшие)						
88/2015	Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/20	5,6	9,7	9,8	165
	Итого:	16,00	5,60	9,70	9,80	165
ПЯТНИЦА						
Горячий завтрак (старшие)						
97/2015	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/11	6,2	6,1	20	161
	Итого:	16,00	6,20	6,10	20,0	161
СУББОТА						
Горячий завтрак (старшие)						
96/2015	Рассольник "Домашний" со сметаной	250/20	2,8	8,4	15,64	150
	Итого:	16,00	2,80	8,35	15,6	150

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор:

Ирина

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения

Т.М. Якимович



"Утверждаю"

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

А.К. Агапова

МЕНЮ КОМПЛЕКТОВАННЫХ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ

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 №

с 10 по 15 октября, с 24 по 29 октября 2022г

1 - я неделя ОКТЯБРЬ

№ Сб.рей	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
Горячий завтрак (старшие)							
ттк 2022	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,6	10,4	9,3	169
ттк2014	Макаронные изделия отварные (с м/слив.)	180		6,77	5,36	43,14	248
ттк 2021	Напиток из замороженной клюквы	200				10	40
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
	Итого:		48,00	17,37	15,96	71,4	501
ВТОРНИК							
Горячий завтрак (старшие)							
ттк 2020	Цыплята запечённые	90		24,03	22,1	0,9	299
ттк2016	Рис отварной	180		4,6	6,5	48,01	269
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
	Итого:		48,00	29,40	28,72	63,56	633
СРЕДА							
Горячий завтрак (старшие)							
гтк 2019	Котлеты "Пожарские"	80		11,5	11,2	9	178
гтк 2019	Картофель запечённый	110		2,60	6,00	20,80	148
ттк 2021	Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
	Итого:		48,00	15,12	17,43	46,22	402
ЧЕТВЕРГ							
Горячий завтрак (старшие)							
ттк 2021	Гуляш из филе грудок индейки	50/50		10	12,6	2,1	162
ттк2016	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,4	173
ттк 2021	Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	Хлеб пшеничный (белый)	20		1,52	0,16	9,8	47
	Итого:		48,00	15,80	18,44	50,24	431
ПЯТНИЦА							
Горячий завтрак (старшие)							
ттк 2020:	Запеканка картофельная с мясом	170		12,3	15,5	23,5	281
ттк 2021	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,07	0,01	8,14	34
	Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
	Итого:		48,00	13,12	15,66	38,39	348
СУББОТА							
Завтрак (старшие)							
№ 243/201	Сосиски отварные	2шт/100		8,92	9,51	2,39	136
ттк2014	Спагетти отварные (с м/растит.)	180		6,70	6,10	43,00	254
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
	Итого:		48,00	16,39	15,76	60,04	455

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор:

А.М. Сидоров