

Меню

Дата

Понедельник

Наименование продуктов

Завтрак

Наименование продуктов	Выход	Стои-те	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
Напиток лимонный	200		0,1	0,1	12,43	52
Вафли весовые	21		1,2	0,5	10,3	52
Батон	25		2,25	0,87	15,42	79
Итого:	43		15,9	16,267	83,379	546

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Котлеты из птицы запеченные	90		9,77	12,91	5,22	174
Каша гречневая вязкая	150		6,62	5,40	41,80	242
Напиток из вишни	200		0,02		7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный /пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Оладьи со сгущенным молоком 1шт	40		0,18	1,119	1,2	16
Итого:	89,77		16,50	15,50	77,7	523

Комплекс 63 руб

Пельмени из мяса птицы (филе индейки) отварные с маслом	180/5		15,90	13,40	38,197	337
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,10	0,10	12,43	52
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,00	0,20	9	77
Итого:	63,00		17,50	13,80	64,127	569

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки	100		0,36	0,36	8,80	42
Салат из белокачанной капусты	100		1,14	6,10	4,60	81
Бутерброд с сыром (батон)	30/15		6,20	4,90	15,40	131

Вторые блюда

Шашлык из куриной грудки	100		13,2	13,8	2,5	188
Грудка куриная по французски	180		10,40	12,70	10,98	198

Гарниры

Макаронные изделия отварные	180		6,72	6,1	43,08	254
Каша гречневая рассычатая	180		7,9	6,479	50,2	291
Овощная смесь отварная	100		3,55	3,327	8,88	80

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5				8,00	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

89

Комплекс 10,30 руб

Макароны отварные	150		4,85	4,39	31,11	184
Чай с сахаром	180/5		0	0	5,13	21
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33

Итого: 9,6

Директор
Калькулятор
Зав. столовой



ДЕПАРТАМЕНТ
ПИТАНИЯ КАЗАНЬ

20
ЛЕТ

8 (800) 234-33-88

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

Меню

Дата
Вторник

Наименование продуктов

Завтрак

Масло сливочное порциями

Макароны отварные с сыром, маслом

Чай с сахаром

Батон

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

10

0,8

7,25

0,8

66

160/5

4,6

5,08

32,55

201

200/8

0,02

7,98

32

25

1,875

0,725

12,85

66

Итого:

43

9,581

15,865

56,04

424

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из белокачанной капусты

Жаркое из филе куриных грудок

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный /пшеничный

Батончик в ассартименте

60

0,42

0,06

1,14

7

30/160

14,47

11,33

27,25

269

200/8

0,02

7,98

32

20/20

2,52

0,36

18,84

91

1/30

2,493

8,628

18,541

70

Итого:

89,77

19,93

20,38

65,779

565

Комплекс 63 руб

Голень запеченная

Каша рисовая вязкая

Чай с сахаром, лимоном

Хлеб ржано-пшеничный

90

22,80

24,60

1,583

319

150

3,80

5,40

40,01

224

200/8/5

0,02

0,00

7,9

32

30

1,50

0,30

13,5

77

Итого:

63,00

28,11

30,43

63,066

513

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

Салат из свеклы отварной (с маслом)

Бутерброд горячий с сыром

100

0,30

0,30

8,80

42

100

1,43

6,09

8,36

94

30/15

6,10

4,60

15,40

131

Вторые блюда

Голень запеченная

Сосиски отварные

Жаркое по-домашнему

Наггетсы куриные

90

10,76

14,17

6,93

178

100

12,2

10,264

3

153

30/160

10,216

27,091

27,01

257

80

20,3

18,1

43,7

411

Гарниры

Спагетти отварные

Рис отварной

180

6,7

6,07

43,08

254

180

4,6

6,5

48,01

269

Напитки

Компот из свежих плодов яблоки

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

200

0,05

8,13

34

20/20

2,14

0,30

16,38

79

89

Комплекс 10,30 руб

Каша пшеничная вязкая

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный

120

4

5,8

20

148

180/5

0,02

7,99

32

15

0,75

0,2

9

44

Итого:

9,6

Директор

Калькулятор

Зав. столовой



ДЕПАРТАМЕНТ
ПИТАНИЯ КАЗАНЬ

20
ЛЕТ

8 (800) 234-33-88

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

Меню

Дата
Среда

Наименование продуктов

Завтрак

Бутерброд сыром
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом
Напиток из урюка

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
30/10/10		9,03	11,83	32,1	272
150/5		3,55	2,9	22,3	130
200		0,02		7,98	32
Итого	43	11,9	10,6	76,08	422

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из моркови
Гуляш из куриных грудок
Макаронные изделия отварные
Напиток из урюка
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный
Маффин классический

60		0,709	3,052	6,759	58
45/45		8,70	11,50	4,40	103
150		5,64	4,46	35,94	174
200		0,02		7,99	42
20/20		2,52	0,36	18,84	91
30		2,168	4,341	11,864	101
Итого:	89,77	19,12	19,63	87,787	603

Комплекс 63 руб

Бифштекс рубленый по-домашнему с соусом для запекания
Спагетти отварные
Чай с сахаром
Хлеб ржано-пшеничный

70/20		11,50	14,85	10,026	220
150		5,30	6,10	29,124	193
200/8		0,80	0,64	9,46	42
30		1,00	0,20	9	77
Итого:	63,00	19,20	21,30	62,11	513

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки
Бутерброд с сыром

Вторые блюда

Рыба запеченная с сыром, соусом переменка
Бифштекс рубленый по-домашнему с соусом для запекания
Гуляш из куриных грудок

100		0,40	0,40	9,80	56
30/15		6,19	4,86	15,42	131
100/10/10		23,051	11,5	3,932	212
90		10,40	20,10	0,80	226
50/50		14,42	18,30	27,65	331

Гарниры

Каша гречневая рассыпчатая
Капуста тушеная
Макаронные изделия отварные м/раст

180		7,9	6,5	50,24	291
100		4,083	8,885	16,823	165
180		6,72	6,10	43,06	254

Напитки

Кисель из концентрата
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный 1с

200				13,10	53
20/20		2,52	0,36	18,84	44

89

Комплекс 10,30 руб

Каша полбяная вязкая
Чай с сахаром
Хлеб ржано-пшеничный

110		2,66	3,39	14,2	98
180/5				5,13	21
15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:	9,6				

Директор
Калькулятор
Зав. столовой



ДЕПАРТАМЕНТ
ПИТАНИЯ КАЗАНЬ

20
ЛЕТ

8 (800) 234-33-88

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

Меню

Дата
Четверг

Наименование продуктов

Завтрак

Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

Блинчики со сгущенным молоком

Чай с сахаром, лимоном

Батон

Итого

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды и ягоды свежие яблоки

Плов с говядиной

Компот из замороженной компотной смеси

Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный

Печенье сдобное шоколадное

Итого:

Комплекс 63 руб

Котлеты куриные нежные

Каша полбяная вязкая

Напиток из вишни

Хлеб ржано-пшеничный

Итого:

Обед

Холодные закуски

Плоды и ягоды свежие яблоки

Салат из свеклы отварной (с маслом)

Вторые блюда

Плов с говядиной

Тефтели из говядины в соусе томатном

Котлеты куриные нежные

Гарниры

Картофель запеченный

Напитки

Чай пакетированный с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

89

Комплекс 10,30 руб

Каша гречневая вязкая

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный

Итого:

Директор

Калькулятор

Зав. столовой



ДЕПАРТАМЕНТ
ПИТАНИЯ КАЗАНЬ

20
ЛЕТ

8 (800) 234-33-88

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

Меню

Дата
Пятница

Наименование продуктов

Завтрак

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие яблоки	100		0,36	0,36	8,8	42
Каша вязкая молочная из рисовой и пшенной крупы с маслом	150/5		4,66	5,32	25,37	175
Напиток из шиповника	200		0,02		7,98	32
печенье весовое	12,8		1,104	2,208	11,8	71
Батон	30		1,5	0,5	10,2	52
Итого	43	7,059	6,48	59,6	336	

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из свеклы отварной (с маслом)	60		0,86	3,65	5,02	56
Котлеты аппетитные запеченные	90		8,03	8,48	1,24	113
Пюре картофельное	150		3,20	4,65	22,03	146
Чай с сахаром	200/8		0,12	0,03	11,60	48
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Фруктовое пюре	1/125				15	60
Итого:	89,77	17,12	16,40	80,9	546	

Комплекс 63 руб

Жаркое из филе куриных грудок	180		16,29	13,61	43,205	360
Компот из свежих плодов яблоки	200		0,07	0,01	8,139	34
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,00	0,20	9	77
Итого:	63,00	17,85	13,90	64,84	400	

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки	100		0,36	0,36	8,80	42
Бутерброд с сыром	30/15		6,20	4,86	15,42	131

Вторые блюда

Фрикассе из куриных грудок	45/45		12,83	26,67	1,474	297
Котлеты аппетитные запеченные	90		10,069	9,86	7,99	161
Жаркое из филе куриных грудок	30/160		11,40	15,70	8,80	222

Гарниры

Овощная смесь отварная	100		3,55	3,327	8,885	80
Пюре картофельное	180		4,125	5,467	25,7	173
Макаронные изд.отварные м/раст	180		6,72	6,1	43,06	254

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром,	200/8/5				8,00	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	89	9,6				

Комплекс 10,30 руб

Спагетти отварные (с маслом раст)	140		3,94	4,7	22,6	148
Чай с сахаром	180/5				7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		1	0,2	9	44

Итого: 9,6

Директор
Калькулятор
Зав. столовой



**ДЕПАРТАМЕНТ
ПИТАНИЯ** КАЗАНЬ

**20
ЛЕТ**

8 (800) 234-33-88

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

Меню

Дата
Суббота

Наименование продуктов

Обед

Плоды свежие яблоки

Сосиски отварные

Пельмени для умников и умниц отварные с маслом

Спагетти отварные

Чай черный пакетированный с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный

Выход	Стои-т	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
100		0,36	0,36	8,80	42
100		20,40	16,35	44,19	406
180/5		15,90	13,30	38,32	337
180		6,70	5,70	43,08	250
200/8		0,04		8,13	34
20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого	89				

Комплекс 10,30 руб

Пюре из бобовых с маслом

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный

120/2		5,23	4,76	33,51	198
180/5		0,1	0,01	8,15	35
15		1	0,2	9,00	44
Итого	9,6				

Директор
Калькулятор
Зав. столовой

