

Меню

Дата

Понедельник

Наименование продуктов

Завтрак

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порциями	15		3,94	3,99		66
Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
Напиток из шиповника	200		0,1	0,1	12,43	52
Вафли весовые	21		1,2	0,5	10,3	52
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		45	17,92	14,96	63,97	465

Горячее бесплатное питание младшие

Котлеты куриные нежные	90		9,77	12,91	5,22	174
Каша гречневая рассыпчатая	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
Фруктовое пюре	1/125		0,18	1,119	1,2	16
Итого:		92,76	20,12	16,08	80,232	549

Комплекс 66 руб

Голень куриная в сливочнос маринаде	100		15,90	13,40	38,197	337
Каша рисовая вязкая	150		0,10	0,10	12,43	52
Напиток из урюка	200		0,80	0,06	9,48	42
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,00	0,20	9	77
Итого:		66,00	27,34	34,88	48,705	632

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки	100		0,36	0,36	8,80	42
Бутерброд с сыром	30/15		6,20	4,90	15,40	131

Вторые блюда

Медальоны из куриных грудок	80/30		13,2	13,8	2,5	465
Голень куриная в сливочном маринаде	100		8,09	9,93	7,071	319

Гарниры

Спагетти отварные	180		6,72	6,1	43,08	254
Рис отварной	180		7,9	6,479	50,2	291

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
		93				

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: 10,3

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

Бутерброд с маслом
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с
Напиток из вишни

Выход Стои-те Белки Жиры Угл-ды Ккал

30/15	0,8	7,25	0,8	178
150/5	4,6	5,08	32,55	195
200	0,02		7,98	48
Итого:	45	9,49	15,83	59,661
				421

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из белокачанной капусты
Жаркое по-домашнему с морковью
Чай с сахаром
Хлеб ржано-пшеничный /пшеничный
Вафли весовые

60	0,42	0,06	1,14	7
30/160	14,47	11,33	27,25	269
200/8				0
20/20	2,52	0,36	18,84	91
21	2,493	8,628	18,541	70
Итого:	92,76	18,80	19,52	74,26
				552

Комплекс 66 руб

Гуляш из филе грудок индейки
Макаронные изделия отварные
Компот из свежих плодов
Хлеб ржано-пшеничный

45/45	22,80	24,60	1,583	319
150	3,80	5,40	40,01	224
200	0,02	0,00	7,9	32
30	1,50	0,30	13,5	77
Итого:	66,00	16,18	12,70	63,21
				447

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки
Бутерброд горячий с сыром

100	0,30	0,30	8,80	42
30/15	6,10	4,60	15,40	131

Вторые блюда

Горбуша по-московски
Ежики мясные с рисом в соусе для запекания
Гуляш из филе шрудок индейки

80/20	10,76	14,17	6,93	178
60/40	12,2	10,264	3	153
50/50	10,216	27,091	27,01	257

Гарниры

Спагетти отварные
Овощная смесь отварная

180	6,7	6,07	43,08	254
100	4,6	6,5	48,01	269

Напитки

Чай пакетированный с сахаром

200/8	0,05		8,13	34
-------	------	--	------	----

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

20/20	2,14	0,30	16,38	79
93				

Комплекс 10,30 руб

Каша пшенная вязкая
Чай с сахаром
Хлеб ржано-пшеничный

120	4	5,8	20	148
180/5			7,99	32
15	0,75	0,2	9	44
Итого:	10,3			

Директор
Калькулятор
Зав. столовой



ДЕПАРТАМЕНТ
ПИТАНИЯ

20
ЛЕТ

8 (800) 234-33-88

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

Меню

Дата
Среда

Наименование продуктов

Завтрак

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
45/20		3,915	3,374	25,05	147
Блинчики со сгущенным молоком 1 шт					
150/5		3,55	2,9	22,3	130
Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом					
200		0,02		7,98	32
Компот из свежих плодов					
30		2,25	0,87	15,42	79
Батон					
Итого	45	12,8	10,312	85,479	495

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды и ягоды свежие	100	0,709	3,052	6,759	58
Плов с куриными грудками	30/160	8,70	11,50	4,40	103
Напиток из шиповника	200	0,02		7,99	42
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91
Батончик (а ассортименте)	1/30	2,168	4,341	11,864	101
Итого:	92,76	17,49	20,65	87,101	613

Комплекс 66 руб

Котлеты аппетитные запеченные	90	11,50	14,85	10,026	220
Каша гречневая вязкая	150	5,30	6,10	29,124	193
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,80	0,64	9,46	42
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,00	0,20	9	77
Итого:	66,00	14,20	11,94	55,674	401

Обед

Холодные закуски

100	0,40	0,40	9,80	56
Плоды свежие яблоки				
30/15	6,20	4,88	15,43	131
Бутерброд с сыром				
100	1,50	5,09	8,20	88
Салат из квашеной капусты				

Вторые блюда

90/10	23,051	11,5	3,932	212
Горбуша запеченная с сыром (филе)				
100	10,40	20,10	0,80	226
Котлеты аппетитные мясо-куриные				
запеченные с сыром				
50/50	17,00	28,80	16,90	397
Гуляш из говядины				
30/150	14,42	18,30	27,65	331
Плов с куриными грудками				

Гарниры

180	7,9	6,5	50,24	291
Каша гречневая рассыпчатая				
180	6,72	6,10	43,06	254
Макаронные изделия отварные				

Напитки

200/8/5			13,10	53
Чай пакетированный с сахаром, лимоном				
20/20	2,52	0,36	18,84	44
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с				

93

Комплекс 10,30 руб

110	2,66	3,39	14,2	98
Каша полбяная вязкая				
180/5			5,13	21
Чай с сахаром				
15	0,75	0,15	6,75	33
Хлеб ржано-пшеничный				

Итого: 10,3

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

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
15	3,945	3,99		53	
Сыр порциями					
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,03	7,9	30,15	198
Вафли весовые	21	1,55	2,94	22,27	122
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,1	0,1	12,43	52
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого	45	16,629	14,67	64,895	461

Горячее бесплатное питание младшие

Салат любительский	100	0,931	3,051	5,645	54
Фрикассе из куриных грудок	30/160	12,22	15,61	49,03	324
Макаронные изделия отварные	150	5,60	5,07	35,91	212
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91
Кекс волжский	50	3,195	2,524	19,5	114
Итого:	92,76	19,96	19,92	87,717	613

Комплекс 66 руб

Тефтели куриные лакомка в соусе для запекания	60/30	14,36	15,70	29,2	316
Каша полбяная	150	3,50	4,60	19,422	134
Напиток из вишни	200	0,02	0,00	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,00	0,20	9	77
Итого:	66,00	15,77	23,34	63,31	546

Обед

Холодные закуски

Плоды и ягоды свежие яблоки	100	0,36	0,36	8,80	42
Яйцо под соусом переменка с з/горошком	48/10/10	1,42	6,08	8,36	94

Вторые блюда

Горбуша по-московски	80/20	12,20	15,60	46,00	209
Фрикассе из куриных грудок	50/50	13,60	15,50	35,90	335
Тефтели лакомка в соусе для запекания	60/40	20,40	16,40	44,20	406

Гарниры

Рис отварной	180	4,8	6,5	48,01	269
Спагетти отварные	180	6,722	6,079	43,08	254

Напитки

Чай пакетированный с сахаром	200/8	0,04		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91

93

Комплекс 10,30 руб

Каша гречневая вязкая	110	2,58	3,4	16,23	105
Чай с сахаром	180/5			5,13	21
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33

Итого: 10,3

Директор
Калькулятор
Зав. столовой

Авг

ДЕПАРТАМЕНТ
ПИТАНИЯ КАЗАНЬ

20
ЛЕТ

8 (800) 234-33-88

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

Меню

Дата

Пятница

Наименование продуктов

Завтрак

Бутерброд с сыром, маслом

30/10/10

0,36

0,36

Угл-

8,8

Ккал

180

Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом

150/5

4,66

5,32

25,37

181

Напиток из шиповника

200

0,02

7,98

32

Итого

45

10,88

16,34

50,737

402

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из моркови

60

0,86

3,65

5,02

56

Котлеты сытные запеченные

90

8,03

8,48

1,24

113

Пюре картофельное

150

3,20

4,65

22,03

146

Напиток из урюка

200

0,12

0,03

11,60

48

Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный

20/20

2,52

0,36

18,84

91

Печенье сдобное американер с кунжутом

15

1,2

4,3

9,2

81

Итого:

92,76

20,22

20,70

74,46

572

Комплекс 66 руб

Гуляш из говядины

45/45

16,29

13,61

43,205

360

Спагетти отварные

150

Чай с сахаром

200/8

0,07

0,01

8,139

34

Хлеб ржано-пшеничный

30

1,00

0,20

9

77

Итого:

66,00

20,80

21,28

59,949

529

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

100

0,36

0,36

8,80

42

Салат картофельный с огурцами

100

1,49

5,25

10,07

94

Бутерброд с сыром

30/15

6,20

4,86

15,42

131

Вторые блюда

Котлеты сытные запеченные с сыром

100

12,83

26,67

1,474

297

Голень куриная в сливочном маринаде

100

22,75

24,68

1,583

319

Гарниры

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 пакетированный с сахаром, лимоном

200/8/5

8,00

32

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

20/20

2,52

0,36

18,84

91

93

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:

10,3

Директор

Калькулятор

Зав. столовой

ДЕПАРТАМЕНТ
ПИТАНИЯ

КАЗАНЬ

20
ЛЕТ

8 (800) 234-33-88

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

Меню

Дата
Суббота

Угл-

Ккал

Наименование продуктов

Выход Стои-т Белки Жиры

Обед

Плоды свежие яблоки

100

0,36

0,36

8,80

42

Сосиски отварные

100

20,40

16,35

44,19

406

Пельмени для умников и умниц отварные с маслом

180/5

15,90

13,30

38,32

337

Спагетти отварные

180

6,70

5,70

43,08

250

Чай черный пакетированный с сахаром

200/8

0,04

8,13

34

Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный

20/20

2,52

0,36

18,84

91

Итого 93

Комплекс 10,30 руб

Пюре из бобовых с маслом

120/2

5,23

4,76

33,51

198

Чай с сахаром

180/5

0,1

0,01

8,15

35

Хлеб ржано-пшеничный

15

1

0,2

9,00

44

Итого 10,3

Директор

Калькулятор

Зав. столовой

