

Меню

Дата
Понедельник

Наименование продуктов

Завтрак

Каша вязкая молочная из рисовой и пшеничной крупы с маслом

Сыр порциями

Вафли весовые

Напиток яблочный

Батон

Угл-
Выход Стои-ть Белки Жиры ды Ккал

150/5

3,94

3,99

53

15

3,6

2,9

22,27

130

21

0,088

1,76

9,465

57

200

0,06

0,01

8,13

34

25

1,87

0,72

12,85

66

Итого

43

13,3

15,08

70,16

443

Комплекс 63

Голень запеченная

Спагетти отварные

Чай с сахаром, лимоном

Хлеб ржано-пшеничный

90

0,4

0,4

9,8

47

150

2,7

4,95

28,72

171

200/8/5

0,14

0

11,15

46

30

1,5

0,3

13,5

66

Итого

63

17,4

20,6

60,08

642

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие яблоки

Оладьи со сгущенным молоком 1шт

Котлеты сытные запеченные

Каша гречневая вязкая

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный

100

0,4

0,4

9,8

47

40

0,9

1,96

6,8

48

70/20

12,79

13,93

11,73

166

150

0,20

0,05

0,50

212

200/8

0,33

0,06

1,14

34

20/20

2,52

0,36

18,84

52

Итого:

89,77

19,80

18,02

66,3

565

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

Бутерброд с сыром (батон)

100

0,40

0,40

9,8

47

30/15

6,20

4,90

15,40

131

Вторые блюда

Котлеты сытные запеченные

Медальоны из куриных грудок

Голень запеченная

90

13,4

15,9

6,9

225

80/30

26,5

38,177

3,55

465

90

22,7

24,6

1,5

319

Гарниры

Рис отварной

Макаронные отварные

180

8,8

8,2

43,5

258

180

3,60

3,30

8,90

254

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном

200/8/5

0,05

8,13

34

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

20/20

2,52

0,36

18,84

91

89

Комплекс 10,30

Макаронные отварные (с мас.раст)

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный

130

5,6

5,07

35,9

212

180/5

0,10

0,01

8,15

35

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
Вторник

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Бутерброд с сыром	30/10/10		0,4	0,4	9,8	47
Каша вязкая молочная из рисосвой крупы с маслом	150/5		7,9	7,01	38,2	239
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,11	0,03	10,41	43
Итого	43		11,7	12,3	89,9	414

Комплекс 63 руб

Ежики мясные с рисом в соусе для запекания	60/30		11,46	9,9	9,6	172
Макаронные изделия отварные	150		6,7	6,1	43,1	254
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,08	0,08	11,9	49
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,25	0,25	11,3	55
Итого	63		20,66	18,3	66,3	554

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из белокачанной капусты	60		0,4	0,06	1,14	54
Вафли весовые	42		0,66	0,12	2,26	171
Жаркое по-домашнему с морковью	30/160		12,89	15,91	35,79	232
Напиток из урюка	200		0,02		7,99	32
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	44
Итого:	89,77		15,10	20,40	63,8	515

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки	100		0,48	0,48	11,80	56
Салат из отварной свеклы с маслом	100		1,43	6,09	8,30	94
Горячий бутерброд с сыром (батон) вс	30/15		6,20	4,90	15,40	131

Вторые блюда

Ежики мясные с рисом в соусе для запекания	60/30		9,60	3,80	9,05	110
Жаркое из филе куриных грудок	40/150		14,30	15,70	29,20	316
Сосиски отварные	100		20,30	18,10	43,90	411

Гарниры

Спагетти Отварные	180		6,8	5,4	43,1	248
-------------------	-----	--	-----	-----	------	-----

Напитки

Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,90	50
---------------	-------	--	------	------	------	----

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		1,89	0,25	14,13	68
Итого	89					

Комплекс 10,30

Каша пшенная вязкая	120		4,23	5,01	24,2	159
Чай с сахаром	180/5		0	0	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
Среда

Наименование продуктов

Завтрак

каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом

Напиток лимонный

Батон

Блинчики со сгущенным молоком

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
180/5		4,6	5,08	32,55	201
200		0,13	0,02	11,15	46
25		1,9	0,725	12,85	66
45/15		2,25	0,87	15,42	79
Итого	43	14,3	14,9	65,5	469

Комплекс 63 руб

котлеты аппетитные запеченные

Каша гречневая вязкая

Напиток яблочный

Хлеб ржано-пшеничный

90		9,57	10,4	9,23	169
150		3,5	4,6	19,4	134
200		0,1	0,1	12,43	52
30		1,25	0,25	11,3	55
Итого	63	17,4	26,05	46,99	434

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды и ягоды свежие яблоки

Плов с куриными грудками

Чай с сахаром

Батончик в ассортименте

Хлеб ржано-пшеничный

60		0,4	0,4	9,8	47
30/160		10,69	12,03	15,36	210
200/8		0,02		7,99	32
1/16,5		1,00	3,40	8,50	70
20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	89,77	19,01	19,70	66,3	605

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

Бутерброд с сыром

Вторые блюда

Котлеты аппетитные запеченные

Плов с куриными грудками

Биштекс рубленый по-домашнему запеченный

100		0,40	0,40	9,80	47
30/15		0,70	0,10	1,90	11
180/5		15,9	13,5	38,1	337
30/160		12,7	12,9	34,88	307
90		22,80	32,60	2,15	393

Гарниры

Каша гречневая рассыпчатая

Макаронные изделия отварные

Напитки

Чай с сахаром, лимоном

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

180		4,2	9,8	34,08	242
180		3,51	8,25	28,4	202
200/8/5		0,05		8,13	20
20/20		2,14	0,32	16,38	79
89					

Комплек 10,30 руб.

Каша полбяная вязкая

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный

110		3,64	4,61	19,4	134
180/5		0	0	7,99	32
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
Четверг

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	15		0,32	0,32	7,84	38
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		5,9	5,61	30,8	204
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
Вафли весовые	21		1,13	3,7	10,3	79
Батон	25		1,87	0,725	12,9	66

Итого 43 9,91 20,64 49,3 437

Комплекс 63 руб

Тефтели куриные лакомка в соусе для запекания	60/30	11,73	12,3	2,67	168
Каша полбяная вязкая	150	3,6	4,6	19,4	134
Напиток из шиповника	200	0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный	30	1	0,2	9	79
Итого	63	13,228	26,7	63,7	480

Горячее бесплатное питание младшие

салат из свеклы отварной	60	0,4	0,4	9,8	47
Фрикассе из куриных грудок	45/45	12,22	15,61	46	373
макаронные изд.отварные	150	5,6	3,8	29,3	174
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32
Маффин классический	30	2,70	5,50	28,00	165
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,8	91
Итого:	89,77	20,03	19,90	87,4	604

Обед

Холодные закуски

Салат из свеклы отварной	100		1,60	6,03	7,70	85
Плоды свежие яблоки	100		0,48	0,48	11,80	56

Вторые блюда

Фрикассе из уриных грудок	45/45		20,4	16,3	44,1	406
Тефтели куриные лакомка в соусе для запекания	60/30		14,3	13,1	5,4	195
Пельмени из мяса птицы отварные с маслом	180/5		11,1	13,3	34,5	305

Гарниры

Рис отварной	180		3,012	3,358	5,06	63
Спагетти отварные	180		3,1	3,44	4,44	31

Напитки

Чай пакет.с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	30
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		2,14	0,32	16,38	79

89

Комплекс 10,30 руб.

Каша гречневая вязкая	110		4	5,8	20	148
Чай с сахаром	180/5		0,1	0,01	8,15	35
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
Пятница

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Бутерброд с сыром	30/10/10	2,75	5,5	28	165	
каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	6,34	6,79	28,52	208	
Напиток яблочный	200	0,8	0,06	18,46	79	
Итого	43	15,5	18,8	84,7	413	
Комплекс 63 руб						
Голень куриная в сливочном маринаде	90	21,36	19,2	0,7	261	
Спагетти отварные	150	3,07	4,3	32	180	
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32	
Хлеб ржано-пшеничный	30	1	0,2	9	44	
Итого	63	13,228	22,6	54,2	640	
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат из моркови	60	0,93	3,05	5,64	54	
Котлеты куриные нежные	90	10,25	8,15	25,36	230	
Пюре картофельное	150	6,60	5,30	41,70	242	
Напиток из урюка	200	0,02		7,99	32	
Печенье сдобное американер с кунжутом	15	1,246	4,314	9,27	81	
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
Итого:	89,77	19,90	18,40	70,9	567	
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	100	0,48	0,48	11,80	56	
Бутерброд с сыром	30/15	6,20	4,90	15,40	131	
Вторые блюда						
Наггетсы куриные	80	17,1	17,2	1,2	226	
Котлеты куриные нежные	90	11,557	8,288	6,947	149	
Голень куриная в сливочном маринаде	90	22,7	24,6	1,5	319	
Гарниры						
Пюре картофельное	180	4,2	9,6	34,08	242	
Макаронные изд.отварные	180	6,8	5,4	43,1	248	
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8	0,55	0,05	13,40	58	
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
Комплекс 10,30 руб.	89					
Спагетти отварные с маслом раст	120/2	5,6	5,07	35,9	212	
Чай с сахаром	180/5	0,1	0,01	8,15	35	
Хлеб ржано-пшеничный	15	1	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
Суббота

Наименование продуктов

Обед

Плоды свежие яблоки
Сосиски отварные
Спагетти отварные
Чай пакетированный с сахаром, лимоном
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный

Угл-
Выход Стои-т Белки Жиры ды Ккал

100	0,48	0,48	11,80	56
100	19,00	16,30	33,50	357
180	6,72	6,10	43,08	254
200/8/5	1,35	0,27	12,15	59
20/20	1,00	0,20	9,00	44

Итого 89

Комплекс 10,30 руб.

Пюре из бобовых с маслом
Чай с сахаром
Хлеб ржано-пшеничный

120/2	3,27	4,33	20,56	134
180/5	0,00	0	7,99	32
15	0,75	0,15	6,75	33

Итого: 10,3

Директор
Калькулятор
Зав. столовой

