

Меню

Дата

Понедельник

Наименование продуктов

Завтрак

Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-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
30		1,87	0,72	12,85	66
Итого	45	13,3	15,08	70,16	479

Комплекс 66 руб

Пельмени дял умников и умницотварные с маслом

Кисель из концентрата

Хлеб ржано-пшеничный

180/5		0,4	0,4	9,8	47
200		0,14	0	11,15	46
30		1,5	0,3	13,5	66
Итого	66	13,5	14,6	54,7	420

Горячее бесплатное питание младшие

котлеты из птицы запеченные

Плоды и яголы свежие

Каша гречневая рассыпчатая

Напиток из вишни

Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный

Фруктовое пюре

90		12,79	13,93	11,73	166
100				15	60
150		0,20	0,05	0,50	212
200		0,33	0,06	1,14	34
20/20		2,52	0,36	18,84	52
1/125				15	60
Итого:	92,76	20,16	15,92	87,856	581

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

Вторые блюда

Горбуша по-московски

Шашлык из куриной грудки

Гарниры

Картофель запеченный

овощная смесь отварная

Макароны отварные

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

100		0,40	0,40	9,8	47
80/20		26,5	38,177	3,55	465
100		22,7	24,6	1,5	319
180		8,8	8,2	43,5	258
100		3,55	3,23	8,88	80
180		3,60	3,30	8,90	254
200/8		0,05		8,13	34
20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	93				

Комплекс 10,30

Макароны 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
Среда

Наименование продуктов

Завтрак

каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом

150/5

4,6

5,08

32,55

201

Компот из замороженной компотной смеси

200

0,13

0,02

11,15

46

Бутерброд с сыром, маслом

30/10/10

1,9

0,725

12,85

66

Итого

45

14,3

14,9

65,5

421

Комплекс 66 руб

Бифштекс рубленый по-домашнему запеченный

90

9,57

10,4

9,23

169

Каша гречневая вязкая

150

3,5

4,6

19,4

134

Чай с сахаром

200/8

0,1

0,1

12,43

52

Хлеб ржано-пшеничный

30

1,25

0,25

11,3

55

Итого

66

18,5

16,9

51,8

445

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из свеклы отварной (с маслом)

60

0,4

0,4

9,8

47

Гуляш из филе грудок индейки

45/45

10,69

12,03

15,36

210

Макаронные изделия отварные

150

5,60

5,06

35,91

212

Напиток из шиповника

200

0,02

7,99

32

Маффин шоколадный

30

1,00

3,40

8,50

70

Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный

20/20

2,52

0,36

18,84

91

Итого:

92,76

20,06

20,70

86,677

616

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

100

0,40

0,40

9,80

47

Яйцо с соусом Переменка с з/горошком

48/10/10

6,70

11,30

1,40

134

Бутерброд с маслом

30.окт

1,60

5,10

8,24

88

Вторые блюда

Бифштекс рубленый по-домашнему запеченный с сыром

90/10

15,9

13,5

38,1

337

Гуляш из филе грудок индейки

50/50

12,7

12,9

34,88

307

Горбуша запеченная с сыром, соусом Переменка

80/10/10

23,3

14,5

3,17

237

Пельмени для умников и умниц отварные с маслом

180/5

22,80

32,60

2,15

393

Гарниры

Каша гречневая вязкая

180

4,2

9,8

34,08

242

Макаронные изделия отварные

180

3,51

8,25

28,4

202

Напитки

Чай с сахаром

200/8

0,05

8,13

20

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

20/20

2,14

0,32

16,38

79

93

Комплек 10,30 руб.

Каша полбяная вязкая

110

3,64

4,61

19,4

134

Чай с сахаром

180/5

0

0

7,99

32

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

Завтрак

	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды и ягоды свежие яблоки	100		0,4	0,4	9,8	47
Печенье весовое	12,8		2,75	5,5	28	165
Каша вязкая молочная из рисовой и пшенной крупь	150/5		6,34	6,79	28,52	208
Напиток из вишни	200		0,8	0,06	18,46	79
Батон	30		2,25	0,87	15,43	79
Итого	45	12,617	10,67	71,65	437	

Комплекс 66 руб

Наггетсы куриные	80		21,36	19,2	0,7	261
Макаронные изделия отварные	150		3,07	4,3	32	180
Напиток яблочный	200		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	30		1	0,2	9	44
Итого	66	22,86	21,16	65,18	555	

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из моркови	60		0,93	3,05	5,64	54
Котлеты аппетитные запеченные	90		10,25	8,15	25,36	230
Пюре картофельное	150		6,60	5,30	41,70	242
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
вафли весовые	21		1,246	4,314	9,27	81
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	92,76	18,33	17,44	77,608	547	

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки	100		0,48	0,48	11,80	56
Бутерброд с сыром	30/15		6,20	4,86	15,42	131
Салат картофельный с огурцами	100		6,20	4,90	15,40	131

Вторые блюда

Наггетсы куриные	96		17,1	17,2	1,2	226
Котлеты аппетитные мясо-куриные запеченные с си	90		11,557	8,288	6,947	149
Голень куриная в сливочном маринаде	100		22,7	24,6	1,5	319

Гарниры

Пюре картофельное	180		4,2	9,6	34,08	242
овощная смесь отварная	100		3,6	3,32	8,85	80
Макаронные изд.отварные	180		6,8	5,4	43,1	248

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,55	0,05	13,40	58
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

93

Комплекс 10,30 руб.

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 КАЗАНЬ

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
Пельмени для умников и умниц отварные с
маслом
Чай пакетированный с сахаром, лимоном
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный

Выход	Стои-т	Белки	Жиры	Угл- 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
180/5		12,05	14,40	28,20	290
200/8/5		1,35	0,27	12,15	59
20/20		1,00	0,20	9,00	44
Итого	93				

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

