

Меню

Дата

Понедельник

Наименование продуктов

Выход Стои-ты Белки Жиры Угл- ды Ккал

Завтрак

Каша вязкая молочная из рисовой и пшеничной крупы с маслом

150/5 3,94 3,99 53

Сыр порциями

15 3,6 2,9 22,3 130

Вафли весовые

21 0,088 1,76 9,47 57

Напиток яблочный

200 0,06 0,01 8,13 34

Батон

25 1,87 0,72 12,9 66

Итого 43 13,3 15,08 70,2 470

Комплекс 63

Голень запеченная

90 0,4 0,4 9,8 47

Рагу овощное

150 2,7 4,95 28,7 171

Чай с сахаром

200/8 0,14 0 11,2 46

Хлеб ржано-пшеничный

30 1,5 0,3 13,5 66

Итого 63 17,4 20,6 60,1 510

Горячее бесплатное питание младшие

Овощи натуральные свежие помидоры

100 0,4 0,4 9,8 47

Оладьи со сгущенным молоком 1шт

40 0,9 1,96 6,8 48

Тефтели куриные Лакомка в соусе для запекания

70/20 12,79 13,93 11,7 166

Каша гречневая вязкая

150 0,20 0,05 0,50 212

Чай с сахаром

200/8 0,33 0,06 1,14 34

Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный

20/20 2,52 0,36 18,8 52

Итого: 89,77 19,80 18,02 66,3 507

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

100 0,40 0,40 9,8 47

Салат из свежих помидоров

100 1,11 6,18 4,622 81

Бутерброд с сыром (батон)

30/15 6,20 4,90 15,40 131

Вторые блюда

Тефтели куриные лакомка в соусе для запекания

60/30 13,4 15,9 6,9 225

Голень запеченная

90 22,7 24,6 1,5 319

Гарниры

Каша гречневая рассыпчатая

180 8,8 8,2 43,5 258

Макароны отварные

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

Макароны отварные (с мас.раст)

130 5,6 5,07 35,9 212

Чай с сахаром

180/5 0,10 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
Вторник

Наименование продуктов

Завтрак

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Бутерброд с сыром	30/10/10		0,4	0,4	9,8	47
Каша вязкая молочная из рисосвой крупы с масло	150/5		7,9	7,01	38,2	239
Печенье весовое	9,6		0,66	1,32	7,14	43
Чай с сахаром	200/8		0,11	0,03	10,4	43
Итого	43		11,7	12,3	89,9	514

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	528

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды и овощи свежие яблоки	60		0,4	0,06	1,14	54
Салат из моркови	60		0,66	0,12	2,26	14
Жаркое из филе куриных грудок	40/150		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	18,8	44
Итого:	89,77		15,10	20,40	63,8	554

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки	100		0,48	0,48	11,80	56
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	30/160		14,30	15,70	29,20	316
Сосиски отварные	100		20,30	18,10	43,90	411
Гарниры						
Овощная смесь отварная	100		3,55	3,327	8,85	80
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 пшеничная 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

Угл-
Выход Стои-ть Белки Жиры ды Ккал

180/5 4,6 5,08 32,6 201

Компот из замороженной компотной смеси

200 0,13 0,02 11,2 46

Батон

25 1,9 0,725 12,9 66

Блинчики со сгущенным молоком

45/15 2,25 0,87 15,4 79

Итого 43 14,3 14,9 65,5 455

Комплекс 63 руб

котлеты аппетитные запеченные

90 9,57 10,4 9,23 169

Каша полбяная вязкая

150 3,5 4,6 19,4 134

Напиток яблочный

200 0,1 0,1 12,4 52

Хлеб ржано-пшеничный

30 1,25 0,25 11,3 55

Итого 63 17,4 26,05 47 480

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из белокачанной капусты

60 0,4 0,4 9,8 47

Пельмени для умников и умниц отварные с
соусом для запекания

180/5 10,69 12,03 15,36 210

Чай с сахаром

200/8 0,02 7,99 32

Батончик финики-кокос-кунжут

1/16,5 1,00 3,40 8,50 70

Хлеб ржано-пшеничный

20 2,52 0,36 18,8 91

Итого: 89,77 19,01 19,70 66,3 584

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки

100 0,40 0,40 9,80 47

Бутерброд с сыром

30/15 0,70 0,10 1,90 11

Вторые блюда

Пельмени для умников и умниц отварные с маслом

180/5 15,9 13,5 38,1 337

Медальоны из куриных грудок

80/30 22,80 32,60 2,15 393

Гарниры

Картофель запеченный

180 4,2 9,8 34,1 242

Макаронные изделия отварные

180 3,51 8,25 28,4 202

Напитки

Чай с сахаром, лимоном

200/8/5 0,05 8,13 20

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с

20/20 2,14 0,32 16,38 79

89

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
Четверг

Наименование продуктов

Завтрак

Наименование продуктов	Выход	Стои-те	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
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
Напиток лимонный	200		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	425

Комплекс 63 руб

Гречка с фаршем и овощами	180		11,73	12,3	2,67	168
Напиток из вишни	200		0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный	30		1	0,2	9	79
Итого	63		13,23	26,7	63,7	563

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
Компот из замороженной компотной смеси	200		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	612

Обед

Холодные закуски

Салат из свежих помидоров	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
Плов с говядиной	30/160		14,3	13,1	5,4	195
Гречка с фаршем и овощами	180		11,1	13,3	34,5	305

Гарниры

Капуста цветная отварная	100		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
Суббота

Наименование продуктов

Обед

Плоды свежие яблоки

Сосиски отварные

Спагетти отварные

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

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

