

Меню

Дата
Понедельник

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Макароны отварные сыром, маслом	150/5		3,94	3,99		53
Чай с сахаром	200/8		0,06	0,01	8,13	34
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого	35	13,72	16,91	72,05	506	
Комплекс 55,00						
Плоды свежие яблоки	120		0,4	0,4	9,8	47
Сосиски отварные	1шт/50		5,2	10,1	0,4	113
Спагетти отварные	150		3,5	8,3	22,01	177
Чай с сахаром	200/8		0,14	0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,5	0,3	13,5	66
Итого	55	10,74	19,12	56,9	411	
Горячее бесплатное питание младшие						
Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		12,79	13,93	11,73	223
Рис отварной	150		3,83	5,43	40,01	224
Чай с сахаром	200/8		0,33	0,06	1,14	7
Овощи натуральные свежие помидоры доп. гарнир	30		0,02		7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80	19,49	19,78	79,71	577	
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	120		0,40	0,40	9,8	47
Салат-бар (огурцы свеж., помидоры свеж., масло раст)	100		2,10	5,70	4,76	79
Бутерброд с сыром (батон)	30/15		6,20	4,90	15,40	131
Вторые блюда						
Рыба (филе) запеченная	75		20,2	14,5	1,9	220
Котлеты из мяса птицы	90		21,70	28,00	36,80	493
Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		9,57	10,40	9,23	169
Гарниры						
Спагетти отварные (м/раст)	180		6,8	5,4	43,1	248
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Овощная смесь (европейская отварная)	100		3,60	3,30	8,90	80
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
Итого:	79	5,6	5,07	35,9	212	
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

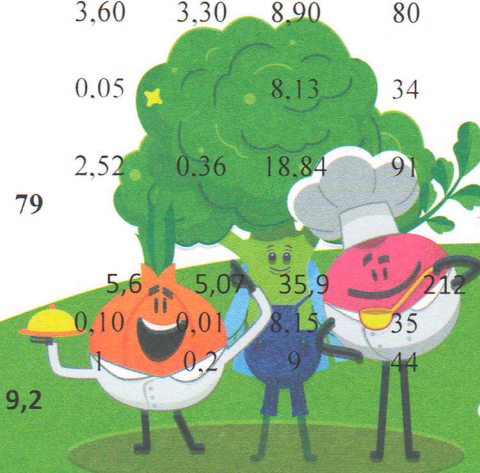
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)204-18-88



poelidovolen.ru



Меню

Дата
Вторник

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Плоды свежие яблоки	120		0,4	0,4	9,8	47
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		7,9	7,01	38,2	239
Чай с сахаром	200/8		0,11	0,03	10,41	43
Батон	25		2,25	0,87	15,42	79
Итого	35		11,7	9,49	65,47	363
Комплекс 55 руб						
Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/30		11,46	9,9	9,6	172
Каша полбяная вязкая	150		6,7	6,1	43,1	254
Чай с сахаром	200/8		0,08	0,08	11,9	49
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,25	0,25	11,3	55
Итого	55		19,49	16,33	75,85	530
Горячее бесплатное питание младшие						
Овощи натуральные свежие огурцы	60		0,4	0,06	1,14	7
Жаркое из птицы	40/160		12,89	15,91	35,79	341
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80		15,85	16,33	63,76	471
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	120		0,48	0,48	11,80	56
Горячий бутерброд с сыром (батон) вс	30/15		6,20	4,90	15,40	131
Вторые блюда						
Жаркое из птицы	40/160		11,39	16,75	29,09	313
Рыба филе запеченная с сыром, соусом	60/5/5		19,80	14,20	3,20	221
Переменка	60/30		13,70	15,90	2,60	208
Гарниры						
Макаронные изд. отварные масло раст.	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь отварная	100		4,6	6,5	48	269
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8,00	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		1,89	0,25	14,13	68

Комплекс 9,20 руб

Каша пшеничная вязкая

Чай с сахаром

Хлеб ржано-пшеничный

Итого:

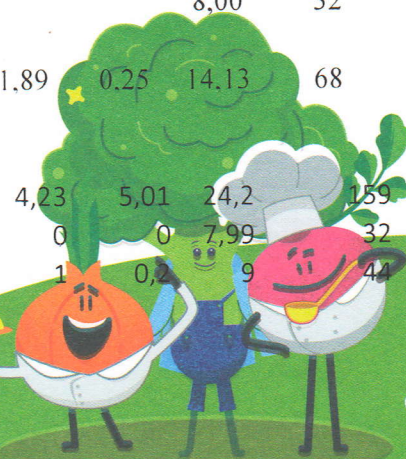
120

180/5

15

Итого:

9,2



Директор

Каликулатов

Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Дата
Среда

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Блинчики со сгущенным молоком	1шт/45/10		3,94	3,99		53
Чай с сахаром	200/8		0,13	0,02	11,15	46
Батон	25		2,25	0,87	15,42	79
Итого	35		10,17	8,49	78,62	440
Комплекс 55 руб						
Голень запеченная	90		9,57	10,4	9,23	169
Макаронные отварные (масло раст.)	150		3,5	8,2	28,4	202
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,25	0,25	11,3	55
Итого	55		14,34	18,88	56,78	458
Горячее бесплатное питание младшие						
Овощи натуральные свежие помидоры доп.гарнир	30		0,33	0,06	1,14	7
Бифштекс рубленый по-домашнему	90		10,69	12,03	15,36	210
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80		20,18	17,84	85,20	582
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	120		0,40	0,40	9,80	47
Салат-бар (капуста пекинская, помидоры свеж., масло раст)	100		1,12	5,20	2,22	62
Вторые блюда						
Бифштекс рубленый по-домашнему	90		10	12,56	2,1	162
Рыба запеченная с сыром	75/5		18,85	11,2	2,64	186
Голень запеченная	90		22,80	32,60	2,15	393
Гарниры						
Каша гречневая рассыпчатая	180		3,51	8,25	28,4	202
Спагетти отварные м/раст	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
Напитки						
Чай черный пакетир.с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		2,14	0,32	16,38	79
Каша полбяная вязкая	110		3,64	4,61	19,4	134
Чай с сахаром	180/5		0,07	0,01	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:	9,2					

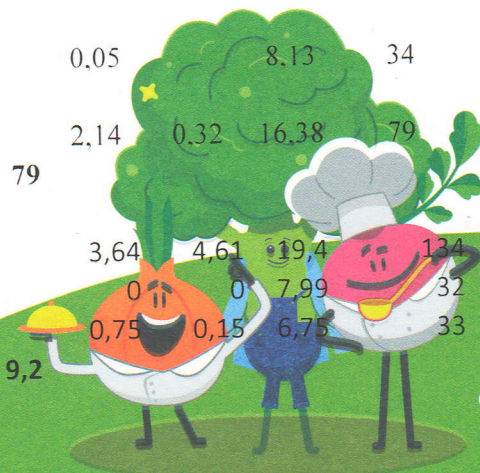
Директор 9,20 руб.

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

Дата
Четверг

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Плоды свежие яблоки	120		0,32	0,32	7,84	38
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с мас	150/5		5,9	5,61	30,78	204
Чай с сахаром	200/8		0,06	0,01	8,13	34
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого	35	15,2	17,36	89,4	582	

Комплекс 55 руб

Тефтели мясные в томатном соусе	60/30		11,73	12,3	2,67	168
Картофель запеченный	150		2,6	7,1	15,7	139
Чай с сахаром	200/8		0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	79
Итого	55	16,13	19,63	45,87	430	

Горячее бесплатное питание младшие

Овощи натуральные свежие огурцы	60		0,4	0,4	9,8	47
Плов с птицей	40/160		12,22	15,61	46,03	373
Компот из замороженной компотной смеси	200/8		0,02		7,99	32
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80	15,16	16,37	82,66	543	

Обед

Холодные закуски

Горячий бутерброд с сыром (с батоном) в/с	30/15		6,20	4,90	15,40	131
Салат-бар (огурцы свеж., капуста свеж., масло раст)	100		1,34	5,10	3,80	67
Плоды свежие яблоки	120		0,48	0,48	11,80	56

Вторые блюда

Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		19	11,9	3,1	196
Плов с птицей	40/160		11,1	13,3	34,5	305
Пельмени для умников и умниц	180/5		26,70	24,50	1,00	332

Гарниры

Капуста брокколи отварная	100		4,6	6,5	48	269
Картофель запеченный	150		6,72	6,1	43,1	254

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		2,14	0,32	16,38	79

Комплекс 9,20 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:

9,2

Директор
Калькулятор

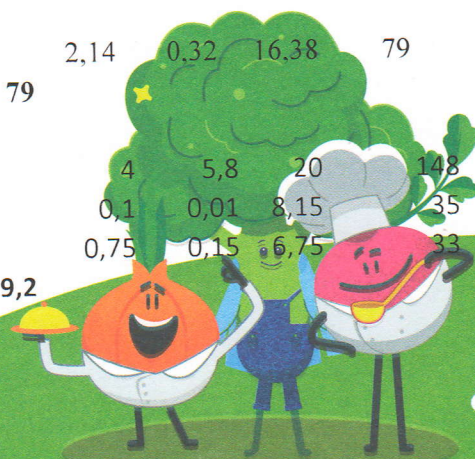
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Дата
Пятница

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	15		6,19	4,86	15,42	131
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		6,34	6,79	28,52	208
Чай с сахаром	200/8		0,8	0,06	18,46	79
Батон	25		1,5	0,58	10,28	52
Итого	35		14,15	18,14	75,52	532
Комплекс 55 руб						
Птица в томатном соусе	35/35		21,36	19,2	0,7	261
Каша гречневая рассыпчатая	150		3,07	4,3	32	180
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого	55		25,45	23,7	49,61	517
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат из белокачанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
Ежики рыбные с рисом в соусе томатном	60/30		10,25	8,15	25,36	230
Пюре картофельное	150		3,28	4,65	29,93	174
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,02		7,99	32
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80		17,00	16,22	87,76	581
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	120		0,48	0,48	11,80	56
Бутерброд с сыром, батон	30/15		6,20	4,90	15,40	131
Вторые блюда						
Гуляш из говядины	45/45		17,6	10,9	3,6	183
Птица тушеная в томатном соусе	50/50		17,1	17,2	1,2	226
Ежики рыбные с рисом в соусе томатном	60/30		10,40	20,10	0,80	226
Гарниры						
Спагетти отварные (масло раст)	180		6,8	5,4	43,1	248
Капуста цветная отварная	100		3,01	3,4	5,06	63
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
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

Директор
Калькулятор
Зав. производством
Комплекс 9,20руб.

Спагетти отварные с маслом раст
Чай с сахаром
Хлеб ржано-пшеничный

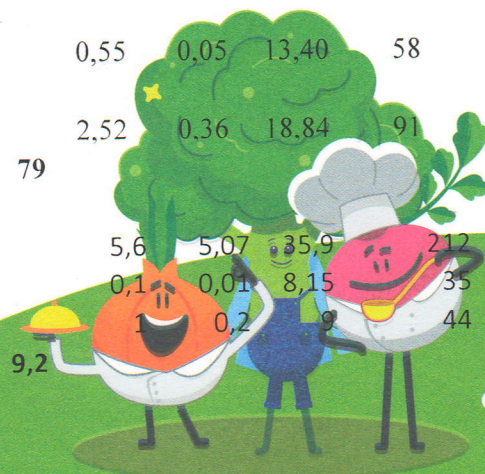
8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Итого:

79



Меню

Дата
Суббота

Наименование продуктов

Обед

Наименование продуктов	Выход	Стоим-ти	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие яблоки	120		0,48	0,48	11,80	56
Сосиски отварные	2шт/100		19,00	16,30	33,50	357
Макаронные изд.отварные (масло раст)	180		6,72	6,10	43,08	254
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,00	0,20	9,00	44

Итого 79

Комплекс 9,20 руб.

Пюре из бобовых с маслом	120/2		3,27	4,33	20,56	134
Чай с сахаром	180/5		0,00	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33

Итого: 9,2



Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»