

Меню

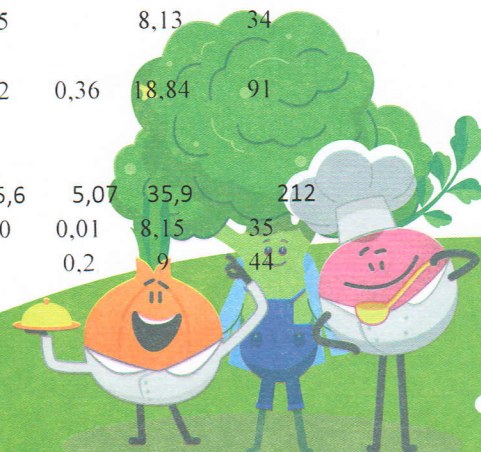
Дата

Понедельник

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	181
Чай с сахаром	200/8		0,06	0,01	8,13	34
Вафли весовые	1шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Батон	20		1,87	0,72	12,85	66
Итого	35	13,72	16,91	72,05	506	
Комплексе 55,00						
Плоды свежие яблоки	100		0,4	0,4	9,8	47
Сосиски отварные	1шт/50		5,2	10,1	0,4	113
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5		3,5	8,3	22,01	177
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	15		1,5	0,3	13,5	66
Итого	55	10,74	19,12	56,9	411	
Горячее бесплатное питание младшие						
Ежики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		9,56	10,42	9,23	169
Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	207
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Вафли весовые	1шт/21		0,82	5,80	13,12	114
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80	18,44	18,29	78,72	608	
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	100		0,40	0,40	9,8	47
Салат-бар (капуста цветная отв. соль, фасоль конс. масло раст)	50		2,10	5,70	4,76	79
Бутерброд с сыром (батон)	30/15		6,20	4,90	15,40	131
Вторые блюда						
Рыба (филе) по-Московски	75/20		20,2	14,5	1,9	220
Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,70	30,40	1,80	371
Лазанья с мясом	200		21,70	28,00	36,80	493
Ежики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,40	9,23	169
Гарниры						
Макаронные изделия отварные (м/раст)	180		6,8	5,4	43,1	248
Каша гречневая вязкая	180		4,60	6,50	48,00	269
Овощная смесь (европейская отварная)	100		3,60	3,30	8,90	80
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	79	5,2	18,84	44	212	
Комплексе 9,20 руб.						
Макаронные изделия отварные (с мас.раст)	150		5,6	5,07	35,9	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,10	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	27		1	0,2	9	44
Итого:	9,2					

8(800)234-33-88

Директор
Калькулятор
Зав столовой



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Дата
Вторник

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Плоды свежие яблоки	80		0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изд.отварные с сыром	150		7,9	7,01	38,2	239
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,11	0,03	10,4	43
Батон	20		2,25	0,87	15,4	79
Итого	35	11,7	9,49	65,5	363	

Комплекс 55 руб

Котлеты Школьные	90		11,46	9,9	9,6	172
Спагетти отварные масло слив.	180		6,7	6,1	43,1	254
Компот из свежих плодов яблоки	200		0,08	0,08	11,9	49
Хлеб ржано-пшеничный	15		1,25	0,25	11,3	55
Итого	55	19,49	16,33	75,9	530	

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие яблоки	80		0,4	0,4	9,8	47
Жаркое из птицы	40/160		11,39	14,90	29,09	296
Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,5	79
Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,8	91
Итого:	66,80	15,11	15,72	76,19	503	

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие яблоки	90		0,48	0,48	11,80	56
Горячий бутерброд с сыром (батон) вс	30/15		6,20	4,90	15,40	131

Вторые блюда

Пельмени Для умников и умниц отварные с маслом слив.	200/5		9,57	10,40	9,23	169
Рыба филе запеченная с сыром, соусом	80/8/8		19,80	14,20	3,20	221
Переменка	45/45		13,70	15,90	2,60	208

Гарниры

Спагетти отварные масло раст.	180		6,8	5,4	43,1	248
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8,00	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68

Комплекс 9,20 руб

Каша пшенная вязкая	130		4,23	5,01	24,2	159
Чай с сахаром	200/8		0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	17		1	0,2	9	44

Итого:

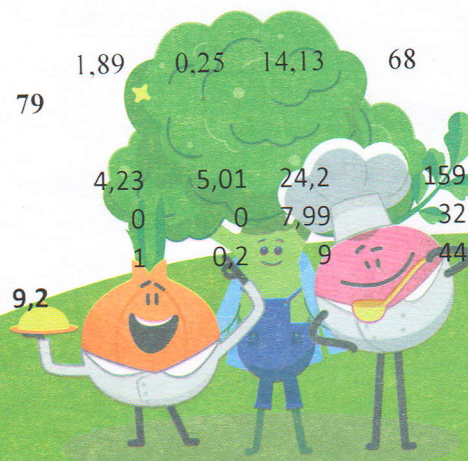
9,2



8(800)234-33-88



Калькулятор
Роспотребнадзор.ru
Зав столовой



Меню

Дата
Среда

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,6	201
Блинчики со сгущенным молоком	1шт/50/10		3,19	2,52	19,5	114
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,2	46
Батон	20		2,25	0,87	15,4	79
Итого	35		10,17	8,49	78,6	440
Комплекс 55 руб						
Гуляш из филе индейки	40/40		9,57	10,4	9,23	169
Картофель запеченный с паприкой	130		3,5	8,2	28,4	202
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		1,25	0,25	11,3	55
Итого	55		14,34	18,88	56,8	458
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат из свеклы отварной с маслом	60		0,85	3,65	5,01	56
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		12,50	11,80	7,20	185
Каша гречневая вязкая	150		3,50	4,64	22,02	144
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,10	0,10	12,40	52
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,8	91
Итого:	66,80		19,47	20,49	63,78	520
Обед						
Холодные закуски						
Фрукты свежие яблоки	90		0,40	0,40	9,80	47
Салат-бар (яйцо вареное, зеленый гор.конс,масло раст)	60		6,80	10,80	1,10	130
Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,20	4,90	15,40	131
Вторые блюда						
Гуляш из индейки	45/45		10	12,56	2,1	162
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
Шашлык куриный на шампуре	80		13,70	14,00	1,00	184
Гарниры						
Картофель запеченный с паприкой	150		3,51	8,25	28,4	202
Макаронные изд.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

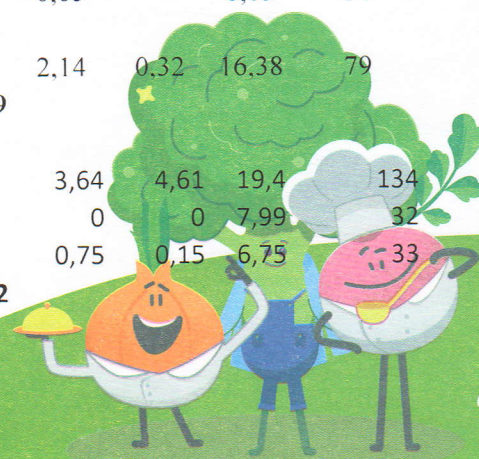
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с 15/15 2,14 0,32 16,38 79

Комплекс 9,20 руб.

Каша полбяная вязкая	130		3,64	4,61	19,4	134
Чай с сахаром	200/8		0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	17		0,75	0,15	6,75	33

Итого: 9,2

Директор 800-234-33-88
Калькулятор
Зав.столовой poelidovolen.ru



Меню

Дата
Четверг

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Десерт фруктовый яблоки	80		0,32	0,32	7,84	38
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,9	5,61	30,78	204
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
Вафли весовые	1шт/21		0,78	6,12	12,5	108
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого	35	15,2	17,36	89,4	582	

Комплекс 55 руб

Гуляш из птицы	40/40		11,73	12,3	2,67	168
Макаронные изд.отварные масло слив.	150		2,6	7,1	15,7	139
Напиток из вишни	200		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

Плоды свежие яблоки	80		0,4	0,4	9,8	47
Плов с говядиной	40/160		12,22	15,61	46,03	373
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	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
Плоды свежие яблоки	90		0,48	0,48	11,80	56

Вторые блюда

Рыба запеченная	100		19	11,9	3,1	196
Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	305
Гуляш из птицы	45/45		26,70	24,50	1,00	332

Гарниры

Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные м/раст	180		6,72	6,1	43,1	254

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8		0,05		8,13	34
-------------------------------------	-------	--	------	--	------	----

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		2,14	0,32	16,38	79
------------------------------------	-------	--	------	------	-------	----

Комплекс 9,20 руб.

Каша геркулесовая вязкая	130		4	5,8	20	148
Чай с сахаром	200/8		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	17		0,75	0,15	6,75	33
Итого:	9,2					

Директор

Калькулятор

Зав столовой

poelidovolen.ru

