

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения

№509 Школа №100  
Абдурашипов Д.А.



Акционерное общество  
"ДЕПАРТАМЕНТ ПРОДОВОЛЬСТВИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ Г.КАЗАНИ"  
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
в столовой общеобразовательных школ г. Казани (cook & skill)  
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани

с 30 сентября 2024 г. по 2 ноября 2024 г.

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Популярность, %
<b>2 НЕДЕЛЯ с 7 октября по 12 октября, с 21 октября по 26 октября 2024 г.</b>								
<b>1 ДЕНЬ</b>								
<b>1-Салаты</b>								
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	50
рец. № 3/2004г, № 3/2015г Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	15
ТТК	САЛАТ- БАР (помидоры, огурцы, свежие, масло растительное)*	100		0,855	5,138	2,708	62	25
	<b>СРЕД:</b>			<b>2,510</b>	<b>3,493</b>	<b>9,963</b>	<b>83</b>	
<b>1-Первые блюда</b>								
Сб. М. Дели плюс. 2015, рец. №97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250		2,520	2,978	19,848	117	10
	<b>СРЕД:</b>			<b>2,520</b>	<b>2,978</b>	<b>19,848</b>	<b>117</b>	
<b>2-Вторые блюда</b>								
ТТК от 2023 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/30		9,811	11,740	6,670	172	35
ТТК от 2024г	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	100		18,005	7,039	3,530	150	20
ТТК от 2021г	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90		12,028	13,735	7,071	197	30
	<b>СРЕД:</b>			<b>13,281</b>	<b>10,838</b>	<b>5,757</b>	<b>173</b>	
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>								
ТТК (Акт 19.09.2018 г)	БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/г	180/20		11,340	8,396	66,900	390	15
	<b>СРЕД:</b>			<b>11,340</b>	<b>8,396</b>	<b>66,900</b>	<b>390</b>	
<b>3-Гарниры</b>								
№304/2015г, Дели	РИС ОТВАРНОЙ	180		4,801	6,521	48,017	269	30
ТТК 2016г	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	50
ТТК от 8.12.2020г	ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80	5
	<b>СРЕД:</b>			<b>4,959</b>	<b>5,309</b>	<b>33,328</b>	<b>201</b>	
<b>4-Напитки</b>								
ТТК 2021 г	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	70
ТТК № 2694 от 14.09.2023 г	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48	30
	<b>СРЕД:</b>			<b>0,083</b>	<b>0,018</b>	<b>9,852</b>	<b>41</b>	
<b>5-Хлеб</b>								
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	<b>СРЕД:</b>			<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>	
	<b>Итого:</b>		<b>79,00</b>					

2 НЕДЕЛЯ								
2 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	55
ТТК	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15,420	131	15
ТТК 2023 г	САЛАТ- БАР (капуста свежая, морковь, м/растит.)	100		1,472	5,090	8,504	87	20
		<b>СРЕД:</b>		<b>2,716</b>	<b>3,477</b>	<b>11,895</b>	<b>91</b>	
1-Первые блюда								
Сб., М; Дели плюс, 2015, рец, №88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250г		1,818	5,195	8,940	91	10
ТТК	СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16	10
		<b>СРЕД:</b>		<b>1,039</b>	<b>3,348</b>	<b>4,650</b>	<b>54</b>	
2-Вторые блюда								
ТТК от 2024г	РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	80/5/5		15,735	6,624	3,025	135	10
ТТК декабрь 2022 г	ЁЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/30		9,344	9,441	8,074	155	40
		<b>СРЕД:</b>		<b>12,540</b>	<b>8,033</b>	<b>5,550</b>	<b>145</b>	
2-Самостоятельные вторые блюда								
ТТК 2015г	ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		20,449	16,359	44,197	406	30
ТТК Сентябрь 2023 г	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	40/160		15,583	16,160	28,835	323	20
		<b>СРЕД:</b>		<b>18,016</b>	<b>16,260</b>	<b>36,516</b>	<b>365</b>	
3-Гарниры								
№510, таб. №4 сбор. 2004г	КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ	180		4,314	5,537	23,306	160	15
№309/2015г, Дели	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	25
ТТК от 8.12.2020 г	ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80	10
		<b>СРЕД:</b>		<b>4,863</b>	<b>4,981</b>	<b>25,091</b>	<b>165</b>	
4-Напитки								
ТТК	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32	50
№ 701 Сбор. рецел. 2004 г	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52	50
		<b>СРЕД:</b>		<b>0,050</b>	<b>0,050</b>	<b>10,207</b>	<b>42</b>	
5-Хлеб								
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
		<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>	
	<b>Итого:</b>		<b>79,00</b>					

**2 НЕДЕЛЯ****3 ДЕНЬ****1-Салаты**

№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	70
рец.№ 3/2004г, № 3/2015г Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	15
Акт к/пр 2015 г.	САЛАТ- БАР (капуста пекинская, помидоры свежие,масло растит.	100		1,122	5,185	2,224	62	5
		<b>СРЕД:</b>		<b>2,599</b>	<b>3,508</b>	<b>9,801</b>	<b>83</b>	

**1-Первые блюда**

Сб.,М:Дели плюс,2015,рец №96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		2,285	5,385	16,925	126	10
ТТК	СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16	10
		<b>СРЕД:</b>		<b>1,273</b>	<b>3,443</b>	<b>8,643</b>	<b>71</b>	

**2-Вторые блюда**

ТТК от 02.12.2022 г	ЧИКЕН	90		11,103	10,108	11,093	176	30
АКТ от 10.07.2019 года	ГОЛЕНЬ ЗАПЕЧЁННАЯ	90		22,798	32,606	2,162	393	50
ТТК от 2024г	РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ С СЫРОМ (ФИЛЕ) 75/5 г	80		14,819	6,609	2,648	130	20
		<b>СРЕД:</b>		<b>16,240</b>	<b>16,441</b>	<b>5,301</b>	<b>233</b>	

**3-Гарниры**

№302/2015г,Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291	40
ТТК 2016г	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	50
ТТК от 8.12.2020 г	ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80	10
		<b>СРЕД:</b>		<b>6,074</b>	<b>5,295</b>	<b>34,072</b>	<b>208</b>	

**4-Напитки**

ТТК 2021 г	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	70
ТТК от 2021г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41	30
		<b>СРЕД:</b>		<b>0,029</b>	<b>0,003</b>	<b>9,156</b>	<b>38</b>	

**5-Хлеб**

	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
		<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>	

**Итого:****79,00**

**2 НЕДЕЛЯ  
4 ДЕНЬ****1-Салаты**

№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	50
ТТК	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15,420	131	10
ТТК 2023 г	САЛАТ- БАР (огурцы свежие, капуста свежая „М/раст.)	100		1,187	5,090	6,129	75	30
		<b>СРЕД:</b>		<b>2,621</b>	<b>3,477</b>	<b>11,103</b>	<b>87</b>	

**1-Первые блюда**

Сб. М:Дели плюс, 2015, рец, №82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		1,775	5,166	12,300	103	10
ТТК	СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16	10
		<b>СРЕД:</b>		<b>1,018</b>	<b>3,333</b>	<b>6,330</b>	<b>60</b>	

**2-Вторые блюда**

ТТК от 2024г	РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ	100		18,005	7,039	3,530	150	10
ТТК от 2023 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/30		9,811	11,740	6,670	172	35
		<b>СРЕД:</b>		<b>13,908</b>	<b>9,390</b>	<b>5,100</b>	<b>161</b>	

**2-Самостоятельные вторые блюда**

ТТК 2021г июль	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	40/160		15,448	19,298	45,883	426	15
ТТК 2015г	ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		20,449	16,359	44,197	406	40
		<b>СРЕД:</b>		<b>17,949</b>	<b>17,829</b>	<b>45,040</b>	<b>416</b>	

**3-Гарниры**

№309/2015г, Дели	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	15
№304/2015г, Дели	РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269	10
Акт от 31.10.2016	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЁННЫЙ	150		3,507	8,224	28,402	202	15
№129/2015г, Дели	КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	100		3,111	3,441	4,444	31	5
		<b>СРЕД:</b>		<b>4,485</b>	<b>6,066</b>	<b>30,987</b>	<b>189</b>	

**4-Напитки**

ТТК 2021 г	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	70
ТТК № 2694 от 14.09.2023 г	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48	30
		<b>СРЕД:</b>		<b>0,083</b>	<b>0,018</b>	<b>9,852</b>	<b>41</b>	

**5-Хлеб**

	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
		<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>	

**Итого:****79,00**

**2 НЕДЕЛЯ  
5 ДЕНЬ****1-Салаты**

№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	50
рец.№ 3/2004г, № 3/2015г Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	15
ТТК 2023 г	САЛАТ- БАР (капуста свежая, морковь, м/растит.)	100		1,472	5,090	8,504	87	20
		<b>СРЕД:</b>		<b>2,716</b>	<b>3,477</b>	<b>11,895</b>	<b>91</b>	

**1-Первые блюда**

Сб., М: Дели плюс, 2015, рец. №102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох)	250		5,870	5,545	19,280	151	15
		<b>СРЕД:</b>		<b>5,870</b>	<b>5,545</b>	<b>19,280</b>	<b>151</b>	

**2-Вторые блюда**

ТТК № 2144 от 1.11.2022 г	КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЁННЫЕ	90г		13,795	14,749	7,996	216	25
ТТК от 2021 г	ПТИЦА (филе) В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50/50		13,685	13,296	2,513	185	25
ТТК от 2024г	ЁЖИКИ РЫБНЫЕ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/30		9,640	5,353	7,611	117	35
		<b>СРЕД:</b>		<b>12,373</b>	<b>11,133</b>	<b>6,040</b>	<b>173</b>	

**2-Самостоятельные вторые блюда**

ТТК (Акт 19.09.2018 г)	БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/	180/20		11,340	8,396	66,900	390	15
		<b>СРЕД:</b>		<b>11,340</b>	<b>8,396</b>	<b>66,900</b>	<b>390</b>	

**3-Гарниры**

№302/2015г, Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291	20
ТТК 2016г	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	30
по акту от 21.09.2020	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		4,125	5,467	25,741	173	30
№129/2015г, Дели	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	100		3,012	3,358	5,060	63	5
		<b>СРЕД:</b>		<b>5,451</b>	<b>5,346</b>	<b>31,033</b>	<b>195</b>	

**4-Напитки**

ТТК	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32	70
ТТК 2021 г	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46	30
		<b>СРЕД:</b>		<b>0,068</b>	<b>0,012</b>	<b>9,567</b>	<b>39</b>	

**5-Хлеб**

	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
		<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>	
	<b>Итого:</b>		<b>79,00</b>					

**2 НЕДЕЛЯ  
6 ДЕНЬ****1-Салаты**

№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	50
ТТК	САЛАТ- БАР (помидоры, огурцы, свежие, масло растительное)	100		0,855	5,138	2,708	62	25
		<b>СРЕД:</b>		<b>0,668</b>	<b>2,809</b>	<b>7,234</b>	<b>59</b>	

**1-Первые блюда**

№ 101 Сб.рецептур 2015гДели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис)	250г		2,120	2,878	17,435	104	25
		<b>СРЕД:</b>		<b>2,120</b>	<b>2,878</b>	<b>17,435</b>	<b>104</b>	

**2-Вторые блюда**

№243/2015г,Дели	СОСИКИ ОТВАРНЫЕ	100		10,400	20,100	0,800	226	60
		<b>СРЕД:</b>		<b>10,400</b>	<b>20,100</b>	<b>0,800</b>	<b>226</b>	

**2-Самостоятельные вторые блюда**

ТТК 2015г	ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		20,449	16,359	44,197	406	40
		<b>СРЕД:</b>		<b>20,449</b>	<b>16,359</b>	<b>44,197</b>	<b>406</b>	

**3-Гарниры**

№304/2015г,Дели	РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269	20
№309/2015г,Дели	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	40
		<b>СРЕД:</b>		<b>5,662</b>	<b>6,300</b>	<b>45,550</b>	<b>262</b>	

**4-Напитки**

ТТК 2021 г	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	70
ТТК от 2021г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41	30
		<b>СРЕД:</b>		<b>0,029</b>	<b>0,003</b>	<b>9,156</b>	<b>38</b>	

**5-Хлеб**

	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
		<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>	

**Итого:****79,00**

Начальник производственного отдела

Зав. производством

Калькулятор