



"Согласовано"

Директор Общеобразовательного
учреждения

И.Б.С.У. и Школа № 11

Татаржанова Д.Г.

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питанияАО "Департамент продовольствия и
социального питания г.Казани"

А.К.Агапова

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

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением
в столовых общеобразовательных школ г.Казани (cook & chill)
для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
с 1 по 6 апреля, с 15 по 20 апреля 2024 г
с 29 апреля по 4 мая 2024 г

1 - я неделя АПРЕЛЬ

№Сб.рец 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	60		0,75	5,1	1,7	55
огурцы свежие	40					
зелёный горошек консервиров.	15					
масло растительное	5					
	сред.	2,45	3,47	8,63	76	
1-ЫЕ БЛЮДА						
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Котлеты Appetitные мясо-куриные	90		13,79	13,1	7,99	205
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	60/20		15,8	13,6	1,8	193
ТТК 2021 Птица в томатном соусе (грудки)	50/50		9,9	10,6	3,6	150
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90		24	22,0	0,87	298
	сред.	14,78	15,87	3,01	214,4	
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		12,2	15,6	46	373
	сред.	12,20	15,60	46,00	373	
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.	4,87	4,76	26,14	167	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.	0,07	0,01	9,58	39,0	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с самост.блюдо	79,00	16,61	19,33	78,34	556
	М-					
	Итого-	79,00	24,05	24,35	61,49	564

№СБ. рел. **2 день**

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с)	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	60		0,75	5,1	1,7	55
помидоры свежие	40					
кукуруза консервиров.	15					
масло растительное	5					
	сред.		2,45	3,47	8,63	76
1- ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2019 Голень запечённая	80		18,20	18,40	0,50	241
ТТК2021 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром,соусом Переменка	60/5/5		14,9	8,8	0,2	139
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,56	10,2	9,23	167
	сред.		14,09	13,32	3,13	189
ТТК 2020 Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448
ТТК2023 Жаркое по- домашнему (с говядиной)	40/160		15,58	17,16	31,02	341
	сред.		19,14	17,48	40,06	395
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК2023 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.		5,24	6,45	36,45	226
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,87	41,00
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с					
	самост.блюдо	79,00	23,57	21,21	72,69	580
	М-					
	Итого-	79,00	23,76	23,50	72,21	599

№Сб. пр. **3-ий день**

Наименование блюд	выход	стоимость белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)					
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15	6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	1шт/15/5	6,8	10,8	1,3	130
яйцо варёное вкрутую	1шт.				
зелёный горошек консервиров.	15				
масло растительное	5				
	сред.	4,47	5,37	8,50	101,0
1-ые БЛЮДА					
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	2,56	6,9	17,26	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90	11,46	9,9	9,6	172
ТТК 2021 Гуляш из птицы (грудки)	45/45	11,85	13,8	2,95	183
ТТК 2020 Рыба запеченая	60	13,90	4,00	2,6	102
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
	сред.	11,90	11,95	3,99	171
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом	180	13,0235	16,4	24,88	298
	сред.	13,02	16,41	24,88	298
ГАРНИРЫ					
303/2015 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/растит.)	180	6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,6	3,3	8,9	80
	сред.	4,87	4,76	26,14	167
НАПИТКИ					
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
648/2004 Напиток яблочный	200			13,1	53
	сред.	0,00	0,00	10,55	43
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68
	Итого с сметой блюда	79,00	19,38	22,03	58,06
	Итого-	79,00	23,13	22,32	63,30

№Сб. пр. 4 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2023 Салат-бар	60		1,34	5,1	3,8	67
помидоры свежие	40					
фасоль консервиров.	15					
масло растительное	5					
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
	сред.		2,65	3,47	9,33	80
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами	65/25		1,34	5,1	3,8	67
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90		24	22,0	0,87	298
	сред.		12,58	13,53	4,16	188
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,8	49,1	448
ТТК 2021 Плов с птицей	40/160		15,44	19,3	45,88	419
	сред.		19,07	18,55	47,49	434
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150	3,50833	8,25	28,42		202
	сред.		4,97	6,72	39,84	240
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,01	0,00	9,10	37
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с	79,00	23,86	22,33	82,30	629
	Итого-	79,00	22,34	24,04	78,81	623

№СБ. рет 5 день

Наименование блюд	выход	стоимость белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)					
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15	6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	75	2,7	6,6	6,9	98
свекла отварная	45				
кукуруза консервирован.	25				
масло растительное	5				
	сред.	3,10	3,97	10,37	90
1-ые БЛЮДА					
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5	2,04	6,7	12,66	111
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	60/5	15,2	6,1	2,2	124
ТТК 2021 Шашлык куриный (на шампуре)	80	13,7	14,0	1,00	184
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90	12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2020 Ёжики рыбные с рисом и овощами	60/30	11,40	8,6	15,04	183
ТТК 2021 Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,90	2,60	208
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
	сред.	12,78	12,63	4,99	184
	сред.	0,00	0,00	0,00	0
ГАРНИРЫ					
303/2015 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180	6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Пюре картофельное	150	4	5,6	26,4	175
	сред.	5,00	5,52	31,97	199
НАПИТКИ					
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2023 Напиток из урюка	200	0,8	0,1	18,5	79
	сред.	0,40	0,03	13,25	56
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68
	итого с самост. блюда	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого-	79,00	23,17	22,40	74,71
					597

Ланч АПРЕЛЬ 1 неделя

№Сб. пр: 6 день

СУББОТА

Наименование блюд

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5		21,4	17,9	37,73	398
389/2015 Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,3	11,25	55
Итого-		79,00	24,40	18,82	69,93	554

Начальник отдела по организации питания

Зав. производством

Калькулятор

