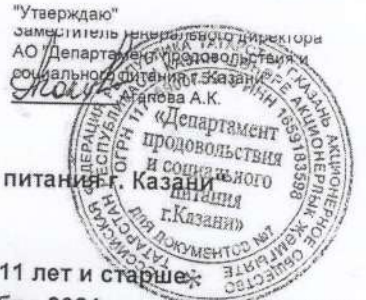


"Согласовано"



Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"
МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА
 в столовых общеобразовательных школ г. Казани для учащихся с 11 лет и старше

с 4 ноября 2024 г. по 30 ноября 2024 г.

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Популярность, %
2 НЕДЕЛЯ с 11 ноября 2024 г. по 16 ноября 2024 г.; с 25 ноября 2024 г. по 30 ноября 2024 г.								
1 ДЕНЬ								
Завтрак								
1-Салаты								
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	30
рец. № 3/2004г, № 3/2015г Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	10
ТТК	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,182	1,086	7,266	20	35
№47/2015г Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100		1,638	5,086	7,720	86	15
	СРЕД:			2,371	3,878	11,525	92	
1-Первые блюда								
№97/2015г Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250		2,550	2,750	15,450	114	10
	СРЕД:			2,520	2,978	19,848	117	
2-Вторые блюда								
ТТК Август 2024 г	РЫБА (филе) ЗАПЕЧЕНАЯ (М)	100		18,005	7,039	3,530	150	10
ТТК	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ (цыплята)	100		26,697	24,450	0,970	332	30
ТТК от 01.11.2022 г	КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ МЯСО-КУРИНЫЕ	90г		10,010	12,700	10,980	198	15
ТТК №2591 от 13.09.2023	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	40/160		15,440	19,290	51,200	430	30
	СРЕД:			18,772	16,269	14,625	280	
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
	СРЕД:			11,340	8,396	66,900	390	
3-Гарниры								
№302/2015г Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291	15
№309/2015г Дели	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	35,083	195	35
№129/2015г Дели	КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	100		3,111	3,441	4,444	31	5
	СРЕД:			5,926	5,333	32,592	192	
4-Напитки								
ТТК 2021 г	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	30
ТТК № 2694 от 14.09.2023 г	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48	70
	СРЕД:			0,083	0,018	9,852	41	
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
	СРЕД:			1,260	0,180	9,420	46	
			79,00					
2 НЕДЕЛЯ								
2 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	25
ТТК	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15,420	131	15
№10 Сб. Пермь 2001г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100		0,990	10,140	8,786	132	25
№45/2015г Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100		1,552	5,085	9,408	91	25
	СРЕД:			2,304	5,141	11,344	103	
1-Первые блюда								
№99/2015г Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		5,600	4,100	27,240	152	10
ТТК	СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16	10
	СРЕД:			1,039	3,348	4,650	54	
2-Вторые блюда								
ТТК Август 2024 г	РЫБА (филе) ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ ПЕРЕМЕНКА (М)	80/5/5		15,735	6,594	3,025	135	10
ТТК	ШАШЛЫК ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК (с переменной)	100		24,047	23,455	1,281	311	20
ТТК 2020 г	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ п/ф В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/30		9,461	9,909	8,562	161	30

			СРЕД:	16,414	13,319	4,289	202	
2-Самостоятельные вторые блюда								
ТТК 2015г	ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		20,449	16,359	44,197	406	25
ТТК № 2736 от 07.12.2023 г	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	40/160		12,050	17,930	39,880	370	15
		СРЕД:		18,016	16,260	36,516	365	
3-Гарниры								
№510, таб.№4 сб.р. 2004г	КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ	180		4,314	5,537	23,306	160	10
ТТК 2016г	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	45
ТТК от 8.12.2020 г	ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80	5
		СРЕД:		4,863	4,981	25,091	165	
4-Напитки								
ТТК	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,984	32	50
№ 701 Сб.р. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52	50
		СРЕД:		0,050	0,050	10,207	42	
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
		СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46	
			79,00					
2 НЕДЕЛЯ								
3 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	25
реп. № 3/2004г, № 3/2015г. Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	15
№52/2015г. Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	100		1,425	6,089	8,360	94	35
№47/2015г. Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100		1,638	5,086	7,720	86	15
		СРЕД:		2,435	4,129	10,815	92	
1-Первые блюда								
№55/2015г. Дели	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		3,301	6,390	19,400	118	10
ТТК	СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16	10
		СРЕД:		1,273	3,443	8,643	71	
2-Вторые блюда								
ТТК Август 2024 г	РЫБА (филе) ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ (М)	80/5		15,719	5,762	2,824	127	30
ТТК(АКТ от 10.07.2019 года)	ГОЛЕНЬ ЗАПЕЧЕННАЯ	90		22,796	32,606	2,154	393	10
ТТК от 1 ноября 2022 г	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ	90г		10,690	12,037	15,360	210	25
		СРЕД:		17,337	16,802	4,448	237	
2-Самостоятельные вторые блюда								
№243/2015г. Дели	СОСИКИ ОТВАРНЫЕ	100		11,400	15,710	8,800	219	35
		СРЕД:		10,400	20,100	0,800	226	
3-Гарниры								
№304/2015г. Дели	РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269	30
№309/2015г. Дели	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	35,083	195	60
ТТК от 8.12.2020 г	ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80	10
		СРЕД:		4,959	5,309	33,328	201	
4-Напитки								
ТТК 2021 г	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	30
ТТК от 2021г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41	70
		СРЕД:		0,029	0,003	9,156	38	
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
		СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46	
			79,00					
2 НЕДЕЛЯ								
4 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	20
ТТК	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15,420	131	10
ТТК	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,182	1,086	7,266	20	30
№реп. 53 Сб.р. 2013 Самара	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100		1,317	5,168	11,189	98	30
		СРЕД:		2,291	3,898	12,392	95	
1-Первые блюда								
№82/2015г. Дели	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		3,560	3,130	15,200	103	10
ТТК	СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16	10
		СРЕД:		1,018	3,333	6,330	60	
2-Вторые блюда								
ТТК Август 2024 г	РЫБА (филе) ЗАПЕЧЕНАЯ (М)	100		18,005	7,039	3,530	150	15

ТТК от 12.07.2023 г.	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/30		12,790	13,930	11,730	223	35
		СРЕД:		13,967	9,624	5,344	164	
2-Самостоятельные вторые блюда								
ТТК 2021г. июля	ПЛОВ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ	40/160		15,440	19,290	53,880	430	15
ТТК 2015г.	ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		20,449	16,359	44,197	406	35
		СРЕД:		17,949	17,829	45,040	416	
3-Гарниры								
ТТК 2016г.	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	15
ТТК	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ (из сырого)	150		3,507	8,224	28,402	202	15
№ 1294/2015г. Дети	КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	100		3,111	3,441	4,444	31	15
№ 394/2015г. Дети	РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269	5
		СРЕД:		4,485	6,066	30,987	189	
4-Напитки								
ТТК 2021 г.	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	70
ТТК от 2004 от 14.05.2023 г.	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48	30
		СРЕД:		0,083	0,018	9,852	41	
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
		СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46	
			79,00					
2 НЕДЕЛЯ								
5 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 238	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	25
№ 276 от 2004г. № 2/2015г. Дети	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	15
№ 37/2015г. Дети	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100		1,490	5,251	10,072	94	15
№ 45/2015г. Дети	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100		1,552	5,085	9,408	91	35
		СРЕД:		2,429	3,919	11,655	93	
1-Первые блюда								
№ 12/2015г. Дети	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох)	250		4,910	6,300	21,800	125	10
		СРЕД:		5,870	5,545	19,280	151	
2-Вторые блюда								
ТТК от 2024	ЕЖИКИ РЫБНЫЕ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/30		10,250	8,160	21,210	230	35
Акт от 08.08.2021г.	ГРУДКА КУРИНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50/50		13,836	13,961	3,639	196	25
№ 260/2015г. Дети	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50		15,194	17,678	2,845	231	30
		СРЕД:		12,890	12,332	4,699	181	
2-Самостоятельные вторые блюда								
ТТК (акт от 19.09.2018 г.)	БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/	180/20		11,340	8,396	66,900	390	10
		СРЕД:		11,340	8,396	66,900	390	
3-Гарниры								
№ 302/2015г. Дети	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291	15
№ 309/2016г. Дети	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	35,083	195	45
№ 312/2015г. Дети	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		3,938	5,588	26,432	175	25
№ 129/2016г. Дети	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	100		3,012	3,358	5,060	63	15
		СРЕД:		5,406	5,376	31,206	196	
4-Напитки								
ТТК	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,984	32	70
ТТК 2023 г.	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46	30
		СРЕД:		0,068	0,012	9,567	39	
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
		СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46	
			79,00					