

"Согласовано"
Директор Общеобразовательного
учреждения

В.А.Иванов



С удовольствием
Меню

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора
по организации питания

АО "Департамент продовольствия и
социального питания г.Казани"

А.К.Агапова
А.К.Агапова

Акционерное общество

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

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
с 4 по 9 декабря, с 18 по 23 декабря 2023 г

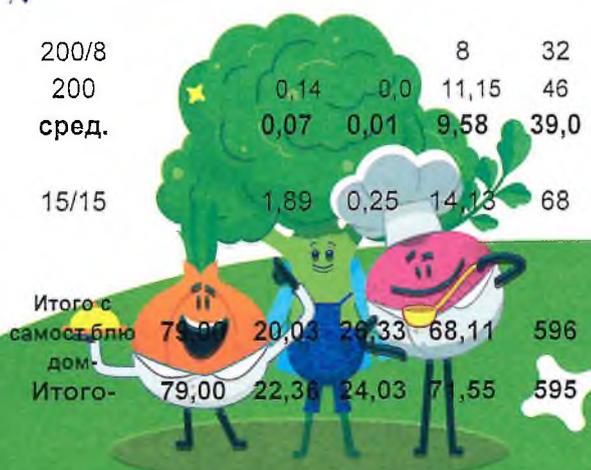
1 - я неделя ДЕКАБРЬ

№Сб.рей 1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016 Яйцо отварное с зеленым горошком, маслом растительным	48/10/5		6,5	11,30	1,10	132
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,5	6,1	10,42	108
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.		1,77	6,07	11,91	111
1-ЫЕ БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	14,5	1,9	220
ТТК 2021 Птица в томатном соусе	45/45		8,9	9,5	3,3	135
	сред.		13,83	12,50	4,33	185
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2019 Рыбный киш	150		21,50	26,70	30,50	450
	сред.		16,30	20,00	32,50	378
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
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,80	5,19	31,60	193
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной 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 самостоятельным выбором						
		79,00	20,03	24,03	68,11	596
Итого-						
		79,00	22,36	24,03	71,55	595

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88
🌐 poelidovolen.ru



№Сб. рел 2 день

Меню

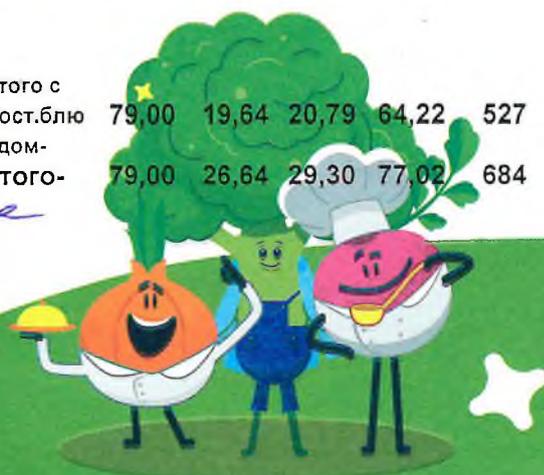
Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2016 Салат с фасолью (фасоль к/с, морковь отвар., огурцы солён., м/рас)	80		2,44	6,7	6,8	98
ТТК 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,5	99
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
зелёный горошек консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.	2,76	4,55	10,13	94	
1-ые БЛЮДА						
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
260/2015 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
	сред.	16,44	17,73	4,21	242	
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом сливоч.	160/5		19	20,9	34,1	401
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
	сред.	14,65	15,90	27,85	314	
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
139/2015 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.	5,21	6,68	36,45	228	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2023 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	20/15		2,14	0,32	16,38	79

Итого с самост.блю	79,00	19,64	20,79	64,22	527
дом-					
Итого-	79,00	26,64	29,30	77,02	684

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2021 Салат Прага (филе курин., морковь, огурцы солён., яйцо, масло раст.)	70		4,4	8,30	1,3	98
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,2	6,2	10,9	109
морковь свежая	40					
свекла отварная	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	сред.		2,35	6,65	9,38	108
1-ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гречками	250/10		7	6,3	26,4	191
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2022 Медальоны куриные с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
ТТК 2020 Рыба запеченая	75		17,30	9,90	3,3	171
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		14,57	14,75	4,05	207
ТТК 2017 Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	3шт/105/20		27,3	8,5	37	338
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом	170		12,3	15,5	23,5	281
	сред.		19,80	12,00	30,25	310
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,42	202
* 309/2015 Макароны изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,53	5,63	26,71	176
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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



А.А. Давыдова *Т.М. Варшва*

Итого с
самост.блю 79,00 27,04 18,90 164,31 528
дом-
Итого- 79,00 23,33 27,28 64,81 601



Меню

№Сб. пер 4 день

Наименование блюдо

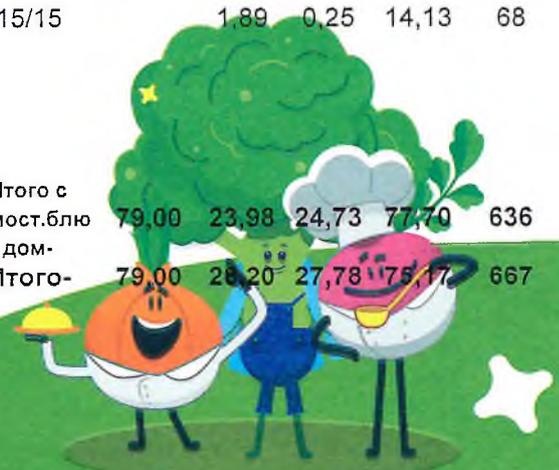
	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ТТК 2021 Салат "Столичный" с маслом растительным	80	4,97	12,09	5,063	149	
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131	
	сред.	3,52	5,87	9,99	108	
1-ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречкой, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102	
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	2,56	6,9	17,26	134	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30	19	11,9	3,1	196	
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8	216	
ТТК 2021 Гуляш из птицы	50/50	14,6	15,3	3,20	209	
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90	24	21,6	0,8	294	
	сред.	17,85	15,88	3,78	229	
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200	18,1	15,1	48	400	
ТТК 2021 Плов с птицей	50/150	18,9	22,1	40	442	
	сред.	18,50	18,60	44,00	421	
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254	
312/2015 Пюре картофельное	150	3,3	4,7	22	146	
	сред.	4,87	5,77	37,70	223	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46	
	сред.	0,07	0,01	9,58	39	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68	

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88
🌐 poelidovolen.ru

Итого с самост.блю дом-	79,00	23,98	24,73	77,70	636
Итого-	79,00	28,20	27,78	75,17	667



Меню

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
612/2004 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75		5,52	11,25	8,36	158
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.	2,71	7,36	10,84	122	
1-ые БЛЮДА						
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушён.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
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	70/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2021 Шашлык куриный (на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
260/2015 Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2020 Биточки рыбные из минтая	90		6,2	5,9	5,9	135
	сред.	12,98	11,76	4,07	180	
ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/20		27,3	8,5	37	338
	сред.	27,30	8,50	37,00	338	
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
541/2004 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.	4,79	6,72	29,90	200	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный 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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Итого с
самост.блю
дом-
Итого- 79,00 32,15 16,18 73,32 576
79,00 22,62 26,16 70,30 617



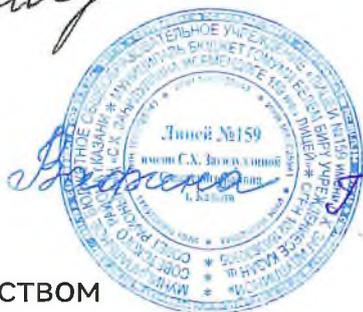
Меню

Заготовочные ДЕКАБРЬ 1 неделя

№Сб. пер 6 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
ТТК 2023 Салат-бар	100		1,7	6,2	7,5	94
огурцы солёные	80					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.		2,80	6,23	10,93	113
1-ЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
101/2015 Суп картофельный с рисом	250		2,12	2,9	17,4	105
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК 2021 Соус мясной "Смак"	100		8,40	8,50	4,9	130
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90		24	21,6	0,8	294
	сред.		14,27	16,73	2,17	217
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
	сред.		4,40	6,0	37,21	221
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,87	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с самост.блю дом-					
	Итого-	79,00	23,69	29,34	76,55	670

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор



Директор
Калькулятор
Зав. производством

Итого С.А. Заготовочные

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

Заготовочные ДЕКАБРЬ 1 неделя

№Сб. пер 6 день

6

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
ТТК 2023 Салат-бар	100		1,7	6,2	7,5	94
огурцы солёные	80					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.		2,80	6,23	10,93	113
1-ЫЕ БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
101/2015 Суп картофельный с рисом	250		2,12	2,9	17,4	105
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК2021 Соус мясной "Смак"	100		8,40	8,50	4,9	130
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90		24	21,6	0,8	294
	сред.		14,27	16,73	2,17	217
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
	сред.		4,40	6,0	37,21	221
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
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с самост.блю дом-					
	Итого-	79,00	23,69	29,34	76,55	670

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

Ирина



Директор
Калькулятор
Зав. производством

Ирина *Т.И. Вадица*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

