

Меню

"Согласовано"

Директор
общеобразовательного учреждения

"Утверждено"
Заместитель генерального директора
АО «Департамент продовольствия и
социального питания г.Казани»
А.К.Агапова

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани
(с 5 по 10 апреля, с 19 по 24 апреля 2021 г)

1 - я неделя АПРЕЛЬ

№Сб. рец. 1 день

Наименование блюд	выход	СТОИМ ость	белки	жиры	углевод	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Плоды свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,74	61
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза, к/с, сыр, яйцо, сухарики, масло растительное)	70		5,15	10,48	7,8	148
ТТК Яйцо под соусом "Переменка" с з/горошком	1шт/15/10 сред.		6,7	14,00	1,6	159
			4,12	8,33	7,38	123
111/2004г Борщ Сибирский (с фасолью) с мясными фрикадельками п/ф со сметаной	250/11/15		4,30	7,30	13,48	135
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
256/2015 Мясо (говядина) тушёное	45/50		14,3	16,48	2,55	216
ТТК 2021 Бифштекс рубленный по-домашнему (п/ф), огурец соленый (доп. гарнир)	90/25		13,69	13,24	8,89	207
235/2015 Шницель рыбный натуральный из трески	75		11,5	9,14	5,40	144
ТТК 2015 Цыплята запечённые под сыром	110/5 сред.		30,4	33,56	0,16	425
			17,49	18,11	4,25	248
191/2015 Плов из птицы (грудки куриные), огурец соленый (доп. гарнир)	60/200/55		21,19	28,48	55,75	566
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	185		22,2	36,24	30,4	540
ТТК 2018 Блинчики (п/ф) со сгущённым молоком	5 шт/225/30 сред.		14,54	10,92	86,40	503
			19,31	25,21	57,52	536
ГАРНИРЫ						
102Т4/2015 Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,4	41,9	232
102,309/201 Спагетти твердых сортов отварные с маслом	180/3 сред.		6,79	7,54	43,2	230
			6,71	6,47	42,52	256
НАПИТКИ						
342/2015 Компот из свежих плодов (яблок)	200		0,16	0,16	27,87	115
ТТК 2015 Компот из замороженной компотной смеси	200		2,43	0,06	17,60	72
686/2004 Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/15/7 сред.		0,06		15,18	62
			0,88	0,07	20,22	83
Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,4	21,09	102

Итого- 73,00 31,97 33,38 95,45 811

Директор
Калькулятор
Зав. производством

Закуп



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88



Меню

№Сб. рец. 2 день

Наименование блюд

выход стоимо.белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Флоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	57
Тк 2015	Салат "Столичный" (грудки куриные, картофель, огурцы соленые, яйцо, соус Переменка)	60	3,97	9,67	4,05	120
20/2015	Салат из свежих огурцов	65	0,43	3,95	1,18	42
		сред.	1,63	4,70	5,66	73
03/2015	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками из птицы (п/ф)	250/11	4,76	4,59	20,94	145

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК/2019г	Треска (филе) запеченная в соусе "Нежный"	55/20	12,20	3,40	0,7	83
ТТК/2019г	Голень запеченная, огурец соленый (доп. гарнир)	100/40	23,04	23,04	1,35	306
ТТК	Сосиски отварные с соусом Переменка огурец соленый (доп. гарнир)	100/20/40	10,78	31,14	2,28	333
		сред.	15,34	19,19	1,44	241
ТТК/2018	Лазанья из слоенного теста с мясом (тесто слоеное, бездрожжевое)	195	22,50	26,36	34,2	472
ТТК/2019г	Жаркое из птицы (грудки куриные), огурец соленый (доп. гарнир)	50/200/50	17,40	17,50	29,45	348
223/2015	Запеканка из творога со сгущенным молоком	180/35	40,13	19,23	50,30	536
		сред.	26,68	21,03	37,97	452

ГАРНИРЫ

204/2015	Рис отварной с маслом	200/5	5,15	10,87	53,4	332
812/2015	Пюре картофельное	130	2,84	4,04	19,1	126
		сред.	4,00	7,46	36,25	229

НАПИТКИ

348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,08	30,6	128
699/2004	Напиток лимонный	200	0,14	0,016	24,4	101
685/2004	Чай пакетированный с сахаром	200/15		15		60
		сред.	0,38	0,03	23,32	96

Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с

25/25 3,15 0,45 23,55 114

Итого- 73,00 31,8 26,2 90,5 735



Директор
Калькулятор
Зав. производством

Закуп

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88



Меню

№Об. рец. 3-ий день

Наименование блюд		выход	стоимости белки жиры углеводов ККАЛ				
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТТК 2015	Винегрет овощной (свекла, картофель, морковь, огурцы соленые, масло растительное)	90	1,15	9,15	7,00	116	
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	50	0,35	0,05	0,95	6	
		сред.	0,63	3,20	5,92	56	
249/1983г	Суп гороховый с гренками, с фрикадельками из птицы п/ф	250/10/11	12,65	8,11	28,60	239	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
260/2015	Гуляш из говядины	50/50	15,19	17,67	2,84	231	
ТТК 2021	Котлеты "Аппетитные" мясные куриные (п/ф), огурец соленый (доп. гарнир)	90/35	16,74	16,07	7,18	239	
ТТК	Треска (филе) запеченная под сыром	60/3	12,58	4,90	2,54	105	
ТТК	Шашлычок из куриной грудки на шампуре	80	15,25	14,90	1,55	203	
		сред.	14,94	13,39	3,53	195	
ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	5шт/175/25	47,31	13,55	51,38	525	
ТТК 2019	Голень куриная с рисом и овощами, огурец соленый (доп. гарнир)	250/30	30,94	38,65	48,58	669	
		сред.	39,13	26,10	49,98	597	
ГАРНИРЫ							
202/2015	Макаронные изделия (гр.А) отварные с маслом	180/3	6,80	7,54	43,15	268	
541/2004	Рагу овощное	150	2,80	7,65	16,80	149	
		сред.	4,80	7,60	29,98	209	
НАПИТКИ							
ТТК	Чай пакетированный с сахаром, лимоном, курагой	200/15/7/10	0,56		21,9	90	
373/2015	Кофейный напиток с молоком	200	3,3	1,51	29,1	152	
ТТК 2015	Компот из замороженной вишни	200	0,20	0,05	17,60	73	
		сред.	1,35	0,52	22,86	105	
	Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,27	14,1		
Итого-			73,00	23,62	24,97	76,41	632



#poelidovolen

Директор
Калькулятор
Зав. производством

Zanuz



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88



Меню

№Об.реци. 4 день

№Об.реци.	Наименование блюд	Выход	стоим.	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)								
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61		
33/2015	Салат из свежих помидоров (без лука)	75	0,78	4,70	2,70	58		
33/2015	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/15/8	6,63	10,8	18,1	197		
		сред.	2,64	5,34	11,16	105		
38/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем,с мясными фрикадельками п/ф, со сметаной	250/11/20	4,08	9,70	9,90	144		
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
ГТК 2020	Люля кебаб из говядины (п/ф), огурец соленый (доп.гарнир)	80/35	14,69	14,30	6,34	213		
ГТК	Медальоны из куриных грудок запеченные с сыром, томатом	65/5	18,70	20,48	0,35	261		
		сред.	16,70	17,39	3,35	237		
ГТК 2016	Буритос с курицей и сыром	185	22,18	36,24	30,40	540		
338/2004	Азу из говядины	45/150	15,75	19,60	18,78	315		
ГТК 2019	Треска (филе) с рисом и зеленым горошком	170/60	14,25	8,50	43,70	309		
ГТК 2019	Блинчики (п/ф) с абрикосовой начинкой со сгущенкой	3шт/180/10	10,60	3,55	61,35	321		
		сред.	15,70	16,97	38,56	371		
ГАРНИРЫ								
ГТК	Картофель запеченный	100	2,89	10,57	23,70	200		
302Т4/2015	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	7,99	10,10	50,29	324		
ГТК 2021	Рис отварной с овощной смесью	170	6	7,50	49,00	286		
		сред.	5,63	9,39	41,00	270		
НАПИТКИ								
342/2015	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,16	27,87	115		
ГТК 2015	Компот из замороженной компотной смеси	200	2,43	0,06	17,60	72		
656/2004	Чай пакетированный с сахаром,лимоном	200/15/7	0,06		15,18	62		
		сред.	0,88	0,07	20,22			
	Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,32	16,38	79		
			Итого-	73,00	27,0	32,1	127,3	909

Директор
Калькулятор
Зав. производством

Завис

[Подпись]



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88



Меню

№Сб. рец. 5 день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

339/2015	Плоды свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61
20/2015	Салат из свежих огурцов	70	0,46	4,26	1,26	45
ТТК	Яйцо под соусом "Переменка" с з/горошком	1шт/15/10	6,70	14,00	1,60	159
		сред.	2,56	6,26	5,20	88

97/2015	Суп-картофельный с фрикадельками из птицы (п/ф) со сметаной	200/11/5	4,04	4,75	16,30	124
---------	---	----------	------	------	-------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

256/2015	Мясо (говядина) тушёное	45/50	14,34	16,48	2,55	216
ТТК 2021	Котлеты Школьные п/ф, огурец соленый (доп. гарнир)	95/40	13,10	12,00	11,40	205
ТТК	Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	75/5	21,37	23,40	0,35	298
ТТК	Сосиски отварные с соусом "Переменка" огурец соленый (доп. гарнир)	100/30/35	10,80	36,70	2,60	385
		сред.	14,90	22,15	4,23	276

265/2015	Плов с говядиной	50/200	20,10	23,34	53,40	505
ТТК-2019	Запеканка рисовая с рыбой (фарш минтая и трески)	180	20,70	14,40	22,25	300
		сред.	20,40	18,87	37,83	403

ГАРНИРЫ

218/2004	Картофель тушеный	100	2,18	7,09	16,3	138
202,309/201	Спагетти твердых сортов-отварные с маслом	180/5	6,81	8,99	43,2	280
		сред.	4,50	8,04	29,74	209

НАПИТКИ

348/2015	Компот из плодов сушеных (курага)	200	1		33,5	135
699/2004	Напиток лимонный	200	0,14	0,016	24,4	101
686/2004	Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/15/5	0,04		15,1	62
		сред.	0,39	0,01	24,33	99

Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с 25/25 3,15 0,45 23,55 114

Итого- 73,00 25,50 36,90 87,05 787

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📱 @depta.kzn

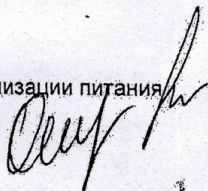
АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

№Об. рец. 6 день

Наименование блюд		выход	стоимо	белки	жиры	углев	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	150		0,6	0,6	14,70	71
ТТК 2016	Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, масло растительное)	80		5,89	11,98	8,9	168
		сред.		3,25	6,29	11,80	120
96/2015	Рассольник ленинградский с фрикадельками из птицы (п/ф) со сметаной	250/11/5		4,30	7,76	17,30	157
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с соусом Переменка	220/20		25,80	28,90	44,60	543
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Компот из замороженной вишни	200		0,2	0,05	17,6	73
	Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
		Итого-	73,00	31,77	35,60	93	827

Начальник отдела по организации питания,
Зав. производством
Калькулятор



Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»