



"Согласовано"  
Директор Образовательного учреждения

# Меню

"Утверждаю"  
Заместитель генерального директора по организации питания  
АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»  
А.К.Арапова

*Александр Александрович*

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

4-я неделя ОКТЯБРЬ

с 25 по 30 октября 2021 г

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

## ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

ТТК 2016 Салат "Мечта" (капуста свеж, кукуруза, зел.горошек, масло растительное)	70	1,45	10,67	4,2	119
10/2001 Салат из моркови с яблоками (морковь, яблоки, сахар, масло раст.)	90	0,89	9,1	7,9	119
15/2015 Сыр порционно	15	3,94	4,0		53
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>2,09</b>	<b>7,93</b>	<b>4,03</b>	<b>97</b>

## 1-ЫЕ БЛЮДА

ТТК 2013 Суп Любительский с гречневой крупой	250	2,53	3,0	18,57	112
--	-----	------	-----	-------	-----

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

256/2015 Говядина тушёная	50/30	15,7	17,3	1,53	224
ТТК 2020 Ёжики мясные (п/ф) в томатном соусе	120/60	18,9	21,8	17	340
ТТК 2019 Горбуша по-Московски	75/20	19,1	14,1	1,94	212
ТТК 2019 Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	90/5	24	26,9	0,34	340
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>19,43</b>	<b>20,03</b>	<b>5,20</b>	<b>279</b>
ТТК 2019 Буритос с отварной курицей и сыром	210	25,2	41,1	34,5	613
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>25,19</b>	<b>41,13</b>	<b>34,53</b>	<b>613</b>

## ГАРНИРЫ

302/2015 Каша гречневая рассыпчатая	170	7,5	6,1	47,5	275
ТТК 2016 Картофель запечённый	130	3,04	7,1	24,6	175
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>5,27</b>	<b>6,6</b>	<b>36,03</b>	<b>225</b>

## НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2021 Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,80</b>	<b>40</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,8	91
---	-------	------	-----	------	----

Итого с самост.бл.	73,00	29,86	49,48	67,16	841
Итого- юдом-	73,00	29,37	35,00	73,87	732

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

№СБ.рег. 2 день

## Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,40	9,8	47
20/2015 Салат из свежих огурцов	70		46,00	4,26	1,26	45
3/2015 Бутерброд с сыром, маслом	30/15/8		6,25	10,7	15,5	184
	<b>сред.</b>		<b>17,55</b>	<b>5,12</b>	<b>8,85</b>	<b>92</b>
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
111/2004 Борщ Сибирский с мясными фрикадельками(п/ф) со сметаной	250/11/15		4,30	7,2	13,48	137
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2020 Фрикассе из куриных грудок	70/50		20,9	23,4	4,36	314
ТТК 2021 Бифштекс рубленый по-домашнему п/ф; цветная капуста заморож. (доп. гарнир)	90/30		14,3	14,1	9,74	220
ТТК 2021 Горбуша запечённая с сыром (филе)	75/5		18,6	11,2	2,64	185
	<b>сред.</b>		<b>17,90</b>	<b>16,23</b>	<b>5,58</b>	<b>240</b>
ТТК 2017 Сырники "Классические" (п/ф) со сгущённым молоком	4шт/140/25		38,2	11,3	43,9	436
	<b>сред.</b>		<b>38,20</b>	<b>11,26</b>	<b>43,88</b>	<b>436</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
202/2015 Макароны отварные (с маслом сливочным)	180		6,77	5,4	43,1	248
139/2015 Капуста тушёная	180		4,3	7,4	18	159
	<b>сред.</b>		<b>5,54</b>	<b>6,4</b>	<b>30,57</b>	<b>204</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,06	0,0	8	34
ТТК 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,1	0,04	10,7	44
	<b>сред.</b>		<b>0,08</b>	<b>0,03</b>	<b>9,36</b>	<b>39</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,4	21,1	102
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>73,00</b>	<b>58,60</b>	<b>16,81</b>	<b>83,19</b>	<b>669</b>
	<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>43,84</b>	<b>28,16</b>	<b>75,46</b>	<b>676</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

№Сб. рел 3-ий день

## Наименование блюд

	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,06	1,14	7
ТТК 2016 Салат из фасоли и кукурузы с сыром, сухариками	60		4,4	9,0	6,69	126
	<b>сред.</b>		<b>1,73</b>	<b>3,14</b>	<b>5,55</b>	<b>58</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
103/2015 Суп: картофельный с вермишелью с мясными фрикадельками (п/ф)	250/11		4,6	4,4	21	143
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2019 Котлеты "Школьные" (п/ф), европейская смесь замороз. (доп. гарнир)	90/45		13	12,4	14	218
ТТК 2019 Цыпленок запеченный	110		29,1	31,9	0,08	404
ТТК 2019 Говядина со стручковой фасолью	40/30		12,2	15,4	2,4	198
ТТК 2021 Горбуша запеченная с овощами	70/25		14,8	9,6	2,61	156
	<b>сред.</b>		<b>17,28</b>	<b>17,33</b>	<b>4,77</b>	<b>244</b>
ТТК 2018 Блины (п/ф) со сгущенным молоком	5шт/225/45		15,6	12,2	94,7	553
	<b>сред.</b>		<b>15,60</b>	<b>12,19</b>	<b>94,70</b>	<b>553</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
312/2015 Пюре картофельное	150		3,28	4,7	22	146
ТТК 2020 Рис отварной с овощной смесью (мексик. смесь с красной фасолью)	180		6,4	8,0	52	303
	<b>сред.</b>		<b>4,84</b>	<b>6,33</b>	<b>37,02</b>	<b>225</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из свежих яблок	200		0,08	0,1	11,9	49
	<b>сред.</b>		<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>9,97</b>	<b>41</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	25/20		2,77	0,4	21,1	102
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост. бл</b>	<b>73,00</b>	<b>20,14</b>	<b>15,77</b>	<b>131,3</b>	<b>754</b>
	<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>26,65</b>	<b>27,24</b>	<b>78,40</b>	<b>669</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📱 @depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

№Сб. рел 4 день

## Наименование блюд

### ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
ТТК 2015 Салат Успех (огурцы свежие, яйцо, сыр, соус Переменка)	60		2,7	4,5	1,07	56
ТТК 2015 Яйцо по соусом "Переменка" с зеленым горошком	48/10/10		6,69	11,3	1,4	134
	<b>сред.</b>		<b>3,25</b>	<b>5,38</b>	<b>3,76</b>	<b>77</b>

### 1-ые БЛЮДА

99/2015 Суп из овощей с фрикадельками из птицы (п/ф), со сметаной	250/11/15		4,14	9,14	11,8	148
---	-----------	--	------	------	------	-----

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2019 Гуляш из филе грудок индейки	60/60		17,3	26,3	4,08	322
ТТК 2016 Горбуша запечённая с сыром, соусом Переменка	70/8/8		19,6	16,2	3,29	237
	<b>сред.</b>		<b>18,45</b>	<b>21,23</b>	<b>3,69</b>	<b>280</b>

265/2015 Плов с говядиной

ТТК 2019 Буритос с отварной курицей и сыром

50/200		20,1	23,3	53,5	505
185		22,2	36,2	30,4	540
<b>сред.</b>		<b>21,14</b>	<b>29,79</b>	<b>41,93</b>	<b>523</b>

### ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая

199/2015 Пюре гороховое с маслом

180		4,19	5,6	26,4	173
180/5		20,7	5,1	43,3	302
<b>сред.</b>		<b>12,47</b>	<b>5,32</b>	<b>34,87</b>	<b>238</b>

### НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай пакетированный с сахаром, лимоном

ТТК 2021 Компот из замороженной вишни

200/8/7		0,06	0,0	8	34
200		0,12	0,03	11,6	48
<b>сред.</b>		<b>0,09</b>	<b>0,02</b>	<b>9,80</b>	<b>41</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный

25/25		3,15	0,5	23,6	114
-------	--	------	-----	------	-----

Итого с самост.бл	73,00	27,63	35,69	79,09	755
Итого- юдом-	73,00	37,40	32,44	75,71	749



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

№Об. реп: 5 день

Наименование блюд	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
20/2015 Салат из свежих огурцов	65		0,44	3,95	1,18	42
53/2013 Салат Витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, м/раст) с яйцом	100/0,5шт		4,38	8,04	11,08	135
	<b>сред.</b>		<b>1,73</b>	<b>4,1</b>	<b>7,03</b>	<b>73</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
97/2015 Суп картофельный с мясными фрикадельками (п/ф)	200/11		3,7	3,9	16	114
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Горбуша запеченная	80		20	11	4,04	195
ТТК 2021 Бифштекс рубленый по-домашнему п/ф, цветная капуста замороз. (доп. гарнир)	90/35		14,4	14,2	9,94	223
ТТК 2019 Шашлычок из куриной грудки на шампуре	90		15,5	18,0	1,13	227
	<b>сред.</b>		<b>16,64</b>	<b>14,42</b>	<b>5,04</b>	<b>215</b>
ТТК 2017 Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	4шт/140/35		38,9	12,1	49,4	469
	<b>сред.</b>		<b>38,93</b>	<b>12,11</b>	<b>49,42</b>	<b>469</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис:отварной	180		4,6	6,5	48	269
541/2004 Рагу овощное	150		2,8	7,64	16,8	149
ТТК 2020 Овощная смесь отварная (европейская смесь с красной фасолью)	40		1,4	1,33	3,55	34
	<b>сред.</b>		<b>2,93</b>	<b>5,16</b>	<b>22,78</b>	<b>151</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
699/2004 Напиток лимонный	200		0,14	0,0	24,4	101
	<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>16,22</b>	<b>67</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	25/25		3,15	0,5	23,6	114
	<b>Итого с</b>					
	<b>самост.бл</b>	<b>73,00</b>	<b>43,88</b>	<b>16,68</b>	<b>96,2</b>	<b>723</b>
	<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>24,52</b>	<b>24,15</b>	<b>74,61</b>	<b>619</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



*Зачер*



АО «Деапартамент. продовольствия и социального питания г. Казани»