

"Согласовано"
 Директор Общеобразовательного учреждения



Меню

"Утверждаю"

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



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

2 -я неделя ОКТЯБРЬ

с 3 по 8 октября, с 17 по 22 октября 2022 г

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2019 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	75		0,83	0,2	2,85	18
45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	80		5,89	12,0	8,912	168
	сред.		2,23	5,88	9,69	102
1-ЫЕ БЛЮДА						
сб.1983 Суп гороховый с гренками, с мясными фрикадельками	250/10/11		10,5	7,0	24,31	202
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020 Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,47	173
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
ТТК 2022 Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	80/5		25,3	24,14	0,411	321
ТТК 2020 Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	сред.		19,06	20,45	3,17	272
ТТК 2016 Лазанья с мясом	160		17,7	24,1	25,9	410
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
ТТК 2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/30		12,8	10,1	78	455
	сред.		17,36	23,17	44,50	463
ГАРНИРЫ						
309/2015 Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		4,94	5,09	26,10	169
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,07	0,01	9,60	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

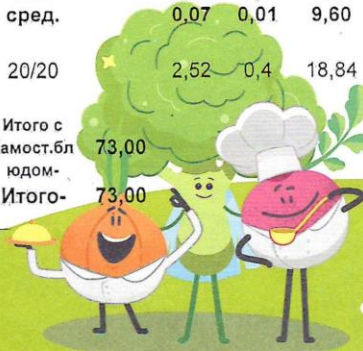
Директор
 Калькулятор
 Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📧 @depta.kzn

А. Давриданов

Итого с
 самост.бл 73,00
 юдом-
 Итого- 73,00



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

№Сб. рел. 2 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Сб.2013	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
23/2015	Салат из свежих помидоров (с луком)	100	1,05	6,18	3,61	77
ТТК 2016	Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100	2,08	15,24	6	170
ТТК 2015	Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100	1,05	10,1	15,6	158
		сред.	2,17	7,37	10,47	118

1-ЫЕ БЛЮДА

82/2015	Борщ со свежей капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5	3,75	7,5	12,57	133
---------	--	----------	------	-----	-------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20	12,3	11,9	8,9	189
ТТК 2021	Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5	17,5	10,6	2,7	175
ТТК 2021	Шашлычок из куриных грудок (на шампуре).	90	17,2	15,4	1,10	210
		сред.	15,66	12,63	4,23	191
ТТК 2022	Грудки куриные по-французски	180	17	29,0	16,9	397
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5	21,4	22,5	38,3	442
		сред.	19,20	25,75	27,60	420

ГАРНИРЫ

304/2015	Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
202/2015	Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,4	43,13	248
139/2015	Капуста тушёная	180	4,21	7,4	18	159
		сред.	5,19	6,43	36,38	225

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10	0,5	0,0	13,28	56
348/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,1	30,56	128
		сред.	0,75	0,06	21,92	92

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Итого с
самост. бл
юдом-

Итого-

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
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
СБ.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК2013 Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами	100		1,29	10,1	3,61	111
ТТК2019 Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит.)	40/40/5		0,9	5,15	2,85	62
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	80		5,89	12,0	8,912	168
10/2001 Салат из моркови с яблоками	100		0,99	10,14	8,80	132
68/2015 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
	сред.		1,79	8,00	7,18	109
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с вермишелью, с куриными грудками	250/10		4,61	4,5	21,1	144
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
ТТК 2021 Гуляш из индейки	50/50		14,6	15,3	3,235	209
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	80		18,5	10,6	3,5	182
ТТК 2022 Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		15,38	15,05	4,74	214
ТТК 2022 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
ТТК2019 Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	сред.		18,13	22,61	38,85	434
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,5	8,2	28,4	202
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		3,87	5,79	21,20	152
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,95	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68

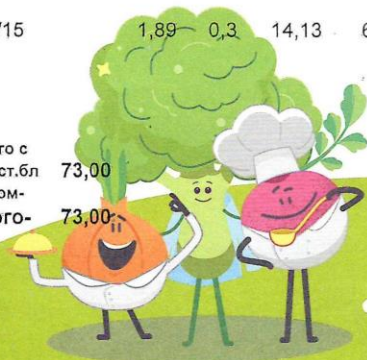
Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



Итого с
самост.бл
родом-
итого-
73,00
73,00



АО «Деапартамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

№Сб. рен. 4 день

Наименование блюд

	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	75		0,53	0,1	1,43	8
ТТК 2019 Салат "Прага" (грудки куриные, морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	100		6,5	12	1,80	142
ТТК 2016 Салат "Каприз" (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, м/растит.)	80		2,2	9,6	4,5	115
ТТК 2021 Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
45/2015 Салат из белокачанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
	сред.		2,09	6,22	6,02	89,67
1-ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,43	6,5	7,42	103
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
ТТК 2019 Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
ТТК 2022 Чахохбили из куриных грудок	60/50		12,6	16,6	7	229
	сред.		18,72	16,51	3,84	238
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	сред.		19,85	25,20	38,80	463
ГАРНИРЫ						
309/2015 Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
541/2004 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	сред.		4,91	7,02	37,11	232
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из замороженной клюквы	200		0,12	0,03	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,87	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,4	21,1	102

Итого с
самост.бл 73,00
юдом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

№сб. рел 5 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ттк2022 Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
ттк2016 Салат "Итальянские каникулы" (фасоль, помидоры, огурцы солён, м/р)	100		2,6	8,4	6,7	115
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	75		0,83	0,2	2,85	18
53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
ттк2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		1,28	5,48	9,47	94

1-ые БЛЮДА

97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
--------------------------	-----	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ттк2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ттк2021 Котлеты "Школьные" с соусом томатным	80/20		11,5	11,23	8,52	178
ттк2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ттк2021 Гуляш из индейки	50/50		14,6	15,3	3,235	209
	сред.		14,24	14,52	3,27	200
438/2004 Азу с говядиной	50/150		17,2	21,0	19	334
ттк2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	4шт/140/30		37,4	11,3	45,13	438
	сред.		27,30	16,15	32,07	386,0

ГАРНИРЫ

312/2015 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
139/2015 Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,12	6,20	23,62	169

НАПИТКИ

ттк2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ттк2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,07	0,01	9,60	39

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Итого с
самост.бл
юдом-
Итого- 73,00



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88
@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»