

Меню

"Согласовано"

Директор Образовательного учреждения

О.И. Зайдуллина

"Утверждаю"

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

А.К. Асапова

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 МАРТ

с: 28 февраля 2022г по 5 марта 2022г, с 14 по 19 марта 2022г, с 28 марта по 2 апреля 2022г

№Об.реш.	1. День	Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)								
ТТК/2018		Салат с фасолью (фасоль консерв., морковь отвар., огурцы солен., масло растительное)	60		1,44667	10,66	4,2	119
ТТК/2022		Салат Любительский (свекла отвар., капуста кваш., масло раст.)	70		1,09	5,9	3,28	72
15/2015		Сыр порционн.	15		4,728	4,8	0	64
			сред.		2,42	7,11	2,49	85
1- БИЕ БЛЮДА								
15/2015г.		Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5		5,88	5,6	19,28	151
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
256/2015		Мясо тушёное	50/30		14,3	16,5	2,55	216
ТТК/2019г		Горбуша по-Московски	80/20		19,1	14,1	1,94	212
ТТК/2019г		Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	70/8		22,8	25,4	0,3	322
			сред.		18,73	18,67	1,60	250
ТТК/2021г		Гречка с фаршем и овощами, огурец сол. - доп. гарнир	230/60		23,14	47	41,9	684
ТТК/2019г		Буритос с отварной курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,61	526
			сред.		22,37	41,14	35,76	605
ГАРНИРЫ								
199/2015		Пюре гороховое с маслом	200/7		20,74	5,1	43,33	302
ТТК/2016		Картофель запечённый (с паприкой)	100		2,9	10,5	23,64	201
			сред.		11,82	7,8	33,49	252
НАПИТКИ								
ТТК/2021		Чай черный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
648/2004		Кисель	200				13,1	53
			сред.		0,00	0,00	10,55	43
		Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
			Итого с самост.блю дом-		26,68	48,52	62,93	800
			Итого-	73,00	34,86	33,85	62,26	697

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

№СБ, рец. 2 день

№СБ, рец.	Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	КАКАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,74	61
67/2015	Винегрет овощной (без лука)	130		1,59	13,2	9,3	164
3/20015	Бутерброд с сыром, маслом	25/10/8		5	10,8	15,11	179
		сред.		2,37	8,17	12,39	135
1-ЫЕ БЛЮДА							
111/2004г	Борщ Сибирский с фрикадельками из птицы (п/ф) со сметаной	200/11/5		3,77	5,2	10,50	104
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2020	Фрикассе из куриных грудок	55/55		20,85	23,4	4,36	314
ТТК 2021	Бифштекс рубленный по-домашнему п/ф, мексиканская смесь отварная (доп. гарнир)	80/30		14,25	14,05	9,74	220
ТТК 2021	Горбуша запечённая с сыром (филе)	80/8		20,55	12,7	2,8	208
		сред.		18,55	16,72	5,63	247
ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущённым молоком	5шт/175/20		38,9	12,1	49,4	469
ТТК 2020г	Пельмени отварные с соусом Переменка	220/20		17,8	15,5	31,35	337
ГАРНИРЫ							
202/2015	Макароны отварные с маслом	180/3		6,8	9,0	43,18	281
139/2015	Каша полбяная рассыпчатая	150/5		2,35	4,1	10	88
		сред.		4,58	6,6	26,59	185
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай пакетированный с сахаром, лимоном.	200/8/5		0,06	0,0	8	34
ТТК 2021	Компот из свежих яблок	200		0,08	0,1	11,94	49
		сред.		0,07	0,05	9,97	42
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
		Итого с самост.блюд ом-		22,13	23,99	67,84	581
		Итого-	73,00	27,46	31,76	68,72	676

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

№Сб.ред. 3-ий день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015	Плоды свежие: (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61
ТТК 2022	Салат Любительский (свекла отв., капуста-кваш., масло раст.)	100	1,09	5,9	3,28	72
ТТК 2016	Салат из фасоли и кукурузы с сыром, сухариками	60	4,79	9,7	7,24	136
	сред.		2,13	5,38	7,75	90

1-ые БЛЮДА

103/2015	Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками (п/ф)	200/11	4,04	3,9	16,93	120
----------	--	--------	------	-----	-------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2019г	Котлеты "Школьные" (п/ф), мексиканская смесь-отварная (доп.гарнир)	80/35	13	12,4	14	218
ТТК 2019г	Цыпленок запеченный зелен. горошком-доп. гарнир	100/20		29,0	0,07	368
ТТК 2021	Горбуша запеченная с овощами	75/30	15,94	10,9	3,13	175
	сред.		7,24	13,08	4,30	190

ТТК 2018	Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	5шт/225/30	15,6	12,19	94,7	553
	сред.		15,60	12,19	94,70	553

ГАРНИРЫ

ТТК 2018	Картофельное пюре	100	2,9	10,5	23,64	201
ТТК 2020	Рис отварной с овощной смесью (мексик. смесь с красной фасолью)	160	6,04	7,6	49,11	286
	сред.		4,47	9,05	36,38	244

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
699/2004	Напиток лимонный	200	0,14	0,0	24,43	101
	сред.		0,07	0,01	16,22	67

	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	25/18	2,52	0,4	18,84	91
--	--------------------------------------	-------	------	-----	-------	----

	Итого с самост.блюд ом-		20,32	17,94	137,5	800
	Итого-	73,00	16,43	27,87	83,48	681

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

№Сб. рещ. 4 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61	
ТТК 2015	Салат из свеклы с сыром, соусом "Переменка"	85	5,18	6,8	7,39	112	
ТТК 2015	Яйцо по соусом "Переменка" с зеленым горошком	48/10/5	6,54	11,3	1,08	132	
	сред.		4,08	6,19	7,07	102	
1-ые БЛЮДА							
сб.1983	Суп гороховый (без картофеля) с куриными фрикадельками и гречками	250/11/10		11,9	8,1	35,5	263
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2019	Гуляш из филе куриной грудки, доп. гарнир-зел. горошек	65/40/20	18,74	28,5	4,42	349	
ТТК 2021	Горбуша запеченная с сыром, соусом Переменка	80/8/8	20,58	17,08	3,14	249	
	сред.		19,66	22,79	3,78	299	
265/2015	Плов с говядиной	50/180	19,57	22,3	48,11	472	
ТТК 2019	Буритос с отварной курицей и сыром	165	19,8	32,4	27,13	481	
	сред.		19,69	27,32	37,62	477	
ГАРНИРЫ							
303/2015	Каша гречневая вязкая	160	4,19	5,6	26,4	173	
541/2004	Рагу овощное	100	1,87	5,09	11,2	99	
	сред.		3,03	5,33	18,80	136	
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,0	8	34	
ТТК 2021	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,6	49	
	сред.		0,07	0,05	9,80	42	
	Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 10	20/15		1,89	0,3	14,13	68
	Итого с самост.блюд. ом-		25,73	33,82	68,62	688	
	Итого-	73,00	28,73	34,62	53,58	646	

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

№СБ. реч. 5 день

Наименование блюд:

	выход	стоимость	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
ТТК 2015: Салат Столичный (грудки курицы, картофель, огурцы, соленое яйцо, соус Переменка)	60		3,97	9,67	4,04	120
ТТК 2022: Салат Бурячок (свекла отварная, яблоки, кукуруза консервированная, майонез)	100		1,51	8,64	8,98	121
	сред.		2,00	6,3	8,59	101
1-ые БЛЮДА:						
97/2015: Суп картофельный	250		2,5	3,0	19,84	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА:						
ТТК 2021: Горбуша запеченная	100		23,11	13,2	4,33	228
ТТК 2021: Ежики мясные с рисом п/ф в томатном соусе	120/40		14,38	14,21	9,94	223
ТТК 2019: Шашлычок из куриной грудки на шампуре с соусом Переменка	80/10		14,67	17,0	1,07	215
	сред.		17,39	14,80	5,11	222
ТТК 2017: Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	5шт/175/20		38,93	12,1	49,42	469
ТТК 2020: Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	220/25		17,8	15,5	31,35	337
	сред.		28,37	13,81	40,39	403
ГАРНИРЫ:						
202/2015: Спагетти отварные с растительным маслом	180		6,74	7,54	43,15	268
ТТК 2014: Каша полбяная вязкая	150		1,87	5,09	11,2	99
	сред.		2,87	4,21	18,12	122
НАПИТКИ:						
ТТК 2021: Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
699/2004: Напиток лимонный	200		0,14	0,0	24,432	101
	сред.		0,07	0,01	16,22	67
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
	Итого с самост.блюд ом:		32,33	20,36	79,32	638
	Итого-	73,00	24,22	25,57	62,16	580

Директор
Калькулятор
Зав. производством

Заведующий С.А. / М.И. #poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

№ сб. рещ. 6 день

№ сб. рещ.	Наименование блюда	выход.	стоимость	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
3/20015	Бутерброд с сыром, маслом	25/10/8		5	10,8	15,11	179
		сред.		2,76	5,66	13,93	120
1-ые БЛЮДА							
96/2015	Рассольник "Домашний"	250		2,25	5,4	14,93	110
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК/2019 г	Котлеты "Школьные" (п/ф), мексиканск. смесь отварная (доп. гарнир)	80/35		13	12,4	14	218
ТТК/2021	Курица п/ф с доп. гарнир-огурец соленый	100/2шт./50		17,3	13,6	13,2022	226
243/2015	Сосиски отварные.	100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК/2019г	Цыплята запеченные с зелен. горошком- доп. гарнир	100/20		29,0	29,0	0,07	368
		сред.		10,18	18,78	7,02	259,50
ГАРНИРЫ							
202/2015	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5		6,74	9,0	43,18	281
ТТК/2020	Рис отварной с овощной смесью (мексиканская смесь с красной фасолью)	140		4,94	6,2	40,35	236
		сред.		5,84	7,6	41,77	259
НАПИТКИ							
ТТК/2021	Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,06	0,0	8	34
ТТК/2021	Напиток из шиповника	200		0,1	0,04	10,17	41
		сред.		0,08	0,03	9,09	38
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	25/25		3,15	0,5	23,55	114
		Итого с самоуст. блюд ом-					
		Итого-	73,00	22,01	32,49	95,34	790

Начальник отдела по организации питания
Зав. производством
Калькулятор

средняя

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88