



"Согласовано"
 Директор
 общеобразовательного учреждения

"Утверждаю"

Заместитель Генерального директора
 АО "Департамент продовольствия и
 социального питания г. Казани"



**МЕНЮ
 СВОБОДНОГО ВЫБОРА**

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением в столовых общеобразовательных школ г. Казани (cook & chill) для учащихся с 11 лет и старше

с 2 декабря 2024 г. по 28 декабря 2024 г.

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Популярность, %
2 НЕДЕЛЯ с 9 декабря 2024 г. по 14 декабря 2024 г.; с 23 декабря 2024 г. по 28 декабря 2024 г.								
1 ДЕНЬ								
1-Салаты								
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	10
рец. № 3/2004г, № 3/2015г Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	10
№49 Сбор. 2004г./ТТК	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		3,430	0,200	3,800	23	20
№ 45 Сбор. 2015 г Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100		1,552	5,085	9,408	91	50
	СРЕД:			2,914	2,656	10,097	75	
1-Первые блюда								
Сб. М. Дели плюс. 2015, рец. №97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250		6,937	5,937	44,312	258	10
	СРЕД:			6,937	5,937	44,312	258	
2-Вторые блюда								
ТТК № 2144 от 1.11.2022 г	КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90		10,010	12,700	10,980	198	60
ТТК от 2024	РЫБА (ФИЛЕ) ПО - МОСКОВСКИ	70/20		17,024	14,728	1,790	209	5
ТТК от 4.07.2022 г	МЕДАЛЬОНЫ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК С СЫРОМ	80/5		21,845	23,941	1,813	310	5
	СРЕД:			16,293	17,123	4,861	239	
2-Самостоятельные вторые блюда								
ТТК Сентябрь 2023 г	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	40/160		15,440	19,290	51,200	430	10
ТТК (Акт 19.09.2018 г)	БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/	180/20		11,340	8,396	66,900	390	20
	СРЕД:			13,390	13,843	59,050	410	
3-Гарниры								
№302/2015г, Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291	15
ТТК 2016г	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	50
№129/2015г, Дели	КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	100		3,111	3,441	4,444	31	5
	СРЕД:			5,926	5,333	32,592	192	
4-Напитки								
ТТК 2021 г	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34	30
ТТК № 2593 от 14.09.2023 г	НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,020	0,000	7,990	32	70
	СРЕД:			0,033	0,003	8,062	33	
5-Хлеб								
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	СРЕД:			1,260	0,180	9,420	46	
	ИТОГО:		79,00					