

с 4 по 9 октября 2021 года

1 неделя (ОКТАБРЬ)

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК 4.10.2021							
Горячее бесплатное питание младшие							
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№45/2015	Салат из белокочанной капусты	80		1,24	3,48	7,52	72
ТТК 2021 г	Плов из птицы (грудки куриные)	40/120		14,30	16,22	29,63	324
ТТК 2021г	Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		53,41	19,40	20,66	83,38	611
ВТОРНИК 5.10.21							
Горячее бесплатное питание младшие							
№ 10/2001	Салат <i>из свеклы капусты с св. огурцами</i>	80		0,59	6,02	5,02	105
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая (п/ф)	90		10,99	5,88	9,56	108,7
№ 312/2015г	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,32	8,28	22,07	179
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		2,02	0,06	26,6	108
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		53,41	20,20	20,68	87,01	616
СРЕДА 6.10.21							
Горячее бесплатное питание младшие							
№ 71/2015г	Овощи натуральные свежие (помидоры)	75		0,82	2,07	7,12	33,1
ТТК 2020 г	Тефтели из говядины в соусе томатном (п/ф)	70/50		9,01	11,78	4,78	172
№ 202/2015г	Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,47	35,95	207
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		53,41	18,78	18,76	79,60	559
ЧЕТВЕРГ 7.10.21							
Горячее бесплатное питание младшие							
ТТК 2013 г	Салат <i>из моркови с яблоками</i>	80		1,03	8,05	2,89	89
ТТК 2021 г	Гуляш из куриных грудок	45/45		8,55	6,81	1,19	103
№ 302/2015 г	Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,40	41,88	242
ТТК 2021 г	Напиток из шиповника	200		0,012	0,001	10,18	41
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		53,41	19,49	20,70	79,89	590
ПЯТНИЦА 8.10.21							
Горячее бесплатное питание младшие							
ТТК	Салат из моркови	60		0,63	6,95	8,34	95
ТТК 2021 г	Жаркое по - домашнему	40/130		15,93	11,31	45,30	334
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/7		0,08	0,01	8,19	34
	Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		53,41	20,17	18,76	87,84	589

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

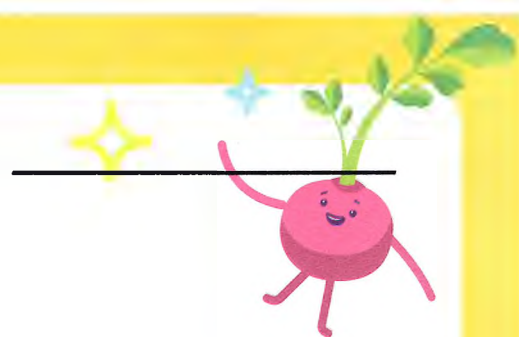


Многопрофильный

лицей №185



Меню



с 4 по 9 октября 2021 г

1 неделя (ОКТАБРЬ)

Сб.реж	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
	ПОНЕДЕЛЬНИК 4.10.21 ПОЛДНИК						
АКТ 2019	Печенье сдобное вкусное	3 шт/45		3,41	0,96	31,77	149
	Йогурт питьевой обогащенный 2,8 % (в ассортименте) ДМК	1/125		3,5	3,5	14,6	105
	Итого:		30,00	6,91	4,46	46,37	254
	ВТОРНИК 5.10.21 ПОЛДНИК						
АКТ 2019	Кекс "Волжский"	50		3,2	10,4	29,8	221
№ 389/2015г	Сок разливной 1 л (в ассортименте)	200		1	0,2	20,2	92
	Итого:		30,00	4,20	10,60	50,00	313
	СРЕДА 6.10.21 ПОЛДНИК						
Акт 2019 г	Вак - блялиш с мясом, рисом	90		9,07	14,94	34,13	309
№379/2015г	Кофейный напиток с молоком	200		3,30	1,51	29,1	152
	Итого:		30,00	12,37	16,45	63,23	461
	ЧЕТВЕРГ 7.10.21 ПОЛДНИК						
АКТ 2019	Печенье сдобное морковное	3 шт/45		3,52	1,23	32,12	154
	Йогурт питьевой обогащенный 2,8 % (в ассортименте) ДМК	1/125		3,5	3,5	14,6	105
	Итого:		30,00	7,02	4,73	46,72	259
	ПЯТНИЦА 8.10.21 ПОЛДНИК						
Акт 2019 г	Эч - почмак с говядиной	100		6	4,93	40,26	229
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
	Итого:		30,00	6,06	4,94	48,40	263

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Многопрофильный

лицей №185

Меню

1-я неделя ОКТЯБРЬ

С 4 по 9 октября 2021г

№ Сб.реу	Наименование продуктов	Выход	Стой-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК 4.10.21							
97/2015	Суп картофельный с мясными фрикадельками п/ф	250/11		4,35	4,5	20	139
	Итого:		16,00	4,35	4,53	20,0	139
ВТОРНИК 5.10.21							
82/2015	Борщ с капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/10		5,7	9,2	12,8	157
	Итого:		16,00	5,70	9,20	12,8	157
СРЕДА 6.10.21							
103/2015	Суп картофельный с вермишелью, с фрикадельками из птицы п/ф	250/22		6,7	6,2	21,1	167
	Итого:		16,00	6,70	6,20	21	167
ЧЕТВЕРГ 7.10.21							
88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем,фрикадельками из птицы со сметаной	250/22/5		5,65	9,8	9,6	150
	Итого:		16,00	5,65	9,75	10	150
ПЯТНИЦА 8.10.21							
96/2015	Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками п/ф со сметаной	250/11/5		4,3	8,4	17,5	163
	Итого:		16,00	4,30	8,40	17,5	163

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

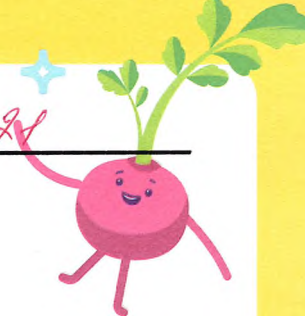


Многопрофильный

лицей №185

Меню

4.10.21



для учащихся с 11 лет и старше в столовой при школе г.Казани

1 - я неделя ОКТЯБРЬ

с 04 по 09 октября 2021 г

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	60		0,7	0,1	2,28	14
ТТК 2020 Салат Итальянские каникулы (фасоль, помидоры, огурцы солён.м/раст)	65		1,67	5,5	4,35	74
сред.			0,91	1,99	5,15	43

ВТОРЫЕ БЛЮДА

256/2015 Говядина тушёная	45/30		14	15,7	1,5	204
ТТК 2021 Котлеты Аппетитные мясо-куриные п/ф, мексиканская смесь с красной фасолью заморож. (доп. гарнир)	90/30		17,09	16,7	7,63	248
ТТК 2019 Горбуша по-Московски	65/20		16,9	13,4	1,94	196
ТТК 2020 Голень куриная в сливочном маринаде, мексиканская смесь с красной фасолью заморож. (доп. гарнир)	80/10/30		24,3	26,6	3,43	352
сред.			18,1	18,1	3,6	250
ТТК 2019 Буритос с отварной курицей и сыром	190		22,8	37,2	31,2	555
сред.			22,78	37,2	31,24	555

ГАРНИРЫ

302/2015 Каша гречневая рассыпчатая	150		6,6	5,4	41,9	242
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	120		3,48	12,7	28,3	242
сред.			5,04	9,0	35,11	242

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
699/2004 Напиток лимонный	200		0,14	0,0	24,4	101
сред.			0,07	0,01	16,22	66,5

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Итого с самост. бл юдом-	73,00	27,16	39,7	78,41	790
Итого-	73,00	27,48	29,7	85,90	727

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



№СБ. пер 2 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,40	9,8	47
71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	70		0,49	0,1	1,33	8
ТТК2016 Салат "Мечта" с яйцом (капуста св., кукуруза, э/гор. консер., масло растительное)	80/0,5 шт		4,84	15,1	4,98	175
	сред.		1,91	5,2	5,37	77

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК2021 Горбуша запечённая с сыром (филе)	75/5		18,6	11,2	2,64	185
ТТК 2021 Бифштекс рубленный по-домашнему п/ф, цветная капуста заморож.(доп. гарнир)	90/30		14,3	14,1	9,67	212
ТТК 2020 Гуляш из куриных грудок	80/50		21,8	27,2	3,33	346
ТТК 2020 Нагетсы куриные (п/ф)	6шт/96		20	24,1	2,93	305
	сред.		18,69	19,2	4,64	262

ГАРНИРЫ

202/2015 Макароны отварные (с маслом сливочным)	180		6,77	5,4	43,1	248
139/2015 Капуста тушёная	160		3,78	6,6	16	141
	сред.		5,28	6,0	29,59	195

НАПИТКИ

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
	сред.		0,08	0,03	9,36	39

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Итого- 73,00 28,47 30,7 67,79 663,17

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

№Сб. пер 3-ий день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углевод.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
ткк2016г Огурцы, помидоры свежие с маслом	30/30/5		0,54	5,1	1,7	55
ткк Яйцо под соусом "Переменка" с з/горошком (доп. гарнир)	48/10/5		6,54	11,3	1,08	132
	сред.		2,48	5,6	3,87	76

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ткк 2020 Люля-кебаб (п/ф), капуста брокколи заморож. (доп. гарнир)	80/25		15,4	15,1	7	223
ткк 2019 Цыплята запечённые	110		29,1	31,9	0,08	404
ткк 2021 Горбуша тушёная с овощами (филе)	70/25		14,7	6,8	2,2	129
	сред.		19,72	17,95	3,09	252
ткк2018 Блинчики п/ф со сгущённым молоком	5шт/225/45		15,6	12,2	94,7	553
	сред.		15,60	12,19	94,70	553

ГАРНИРЫ

312/2015 Пюре картофельное	150		3,29	4,7	22	146
ткк2020 Рис отварной с овощной смесью (мексиканская смесь с красной фасолью)	180		6,4	8,0	52	303
	сред.		4,85	6,3	37,02	225

НАПИТКИ

ткк 2021 Чай чёрный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ткк 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,97	41

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с 25/25 3,15 0,5 23,6 114

Итого с самост. бл юдом-	73,00	21,27	18,25	132,1	784
Итого-	73,00	30,24	30,33	77,50	707

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

Многопрофильный

лицей №185

Меню

№Сб. рел 4 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

- 338/2015 Фрукты свежие (яблоки)
- 71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)
- ТТК2016 Салат "Каприз" (помидоры, кукуруза, сыр, сухарики, масло раст.)

выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
90		0,36	0,36	8,82	42
65		0,7	0,1	2,48	16
60		1,6	7,2	3,4	86
сред.		0,89	2,56	4,90	48

ВТОРЫЕ БЛЮДА

- ТТК 2021 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом
- ТТК 2021 Горбуша запечённая с сыром, соусом Переменка
- ТТК2020 Мясо по-Милански
- ТТК 2019 Буритос с отварной курицей и сыром

80/5		21,7	23,2	2,88	309
70/8/8		19,6	16,2	3,29	237
сред.		20,65	19,69	3,09	273
190		20,4	23,1	13,6	346
190		22,8	37,2	31,2	555
сред.		21,59	30,15	22,44	451

ГАРНИРЫ

- 303/2015 Каша гречневая вязкая
- 541/2004 Рагу овощное

180		4,2	5,6	26,4	173
150		2,8	7,65	16,8	149
сред.		3,50	6,6	21,60	161

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
сред.		0,09	0,02	9,80	41

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

20/15		2,14	0,3	16,4	79
-------	--	------	-----	------	----

Итого с самост.бл юдом-	73,00	24,71	33,05	53,52	619
Итого-	73,00	27,26	29,21	55,77	602

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

№Сб. пер 5 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углевод.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	65		0,45	0,1	1,24	7
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками, яйцом, м/растит.	60		4,4	8,99	6,69	126
	сред.		1,74	3,1	5,58	58

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Горбуша запечённая	80		20	11	4,04	195
ТТК 2020 Говядина со стручковой фасолью	40/40		12,5	17,3	3,19	219
ТТК 2021 Котлеты "Школьные" (п/ф), европейская смесь заморож. (доп. гарнир)	90/60		13,6	12,9	14,9	229
ТТК 2019 Шашлычок из куриной грудки на шампуре	90		15,5	18,0	1,13	227
	сред.		15,39	14,81	5,82	218

ТТК 2017 Сырники "Классические" (п/ф) со сгущённым молоком	4шт/140/40		39,3	12,5	52,2	486
	сред.		39,29	12,54	52,20	486

ГАРНИРЫ

ТТК 2014 Каша полбяная рассыпчатая с маслом	180/5		6,5	11,0	35	264
216/2004 Картофель тушёный	120		2,6	8,5	19,6	166
	сред.		4,55	9,7	27,29	215

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный, зелёный 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	9,58	39

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,1	68
---	-------	--	------	-----	------	----

Итого с самост.бл юдом-	73,00	42,99	15,96	81,5	652
Итого-	73,00	23,64	27,95	62,40	598

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



Многопрофильный

лицей №185

Меню

9.10.21



№Сб. пер 6 день
СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

15/2015 Сыр порционно	30	7,89	7,98	105
ттк 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	150/5	17,8	15,5 31,4	337
ттк 2019 Кекс "Волжский"	50	3,2	10,4 29,8	221
ттк 2021 Чай черный,зелёный пакетированный с сахаром	200/8		8	32
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,3 11,3	55
Итого-	73,00	30,14	34,13 80,40	750



Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

