

с 1 по 4 сентябрь, 27 сентября по 2 октября 2021 года

1 неделя (СЕНТЯБРЬ)

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК 27.09.21							
Горячее бесплатное питание младшие							
№ 339/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№ 45/2015 г	Салат из белокачанной капусты	70		1,09	3,56	6,59	63
ТТК 2021 г	Плов из птицы (грудки куриные)	40/120		14,30	16,22	29,63	324
ТТК 2021 г	Напиток с витаминами "Витошка"	200				14,55	59
	Хлеб ржано - лшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		53,41	19,15	20,70	86,29	617
ВТОРНИК 28.09.21							
Горячее бесплатное питание младшие							
№ 20/2015г	Салат из свежих огурцов	70		0,47	4,26	1,26	45
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая (п/ф)	90		12,50	5,88	21,56	178
№ 312/2015г	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,32	8,28	22,07	179
ТТК 2021 г	Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,08	11,94	49
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		53,41	19,65	18,94	80,59	566
СРЕДА 29.09.21							
Горячее бесплатное питание младшие							
№ 336/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№ 71/2015г	Овощи натуральные свежие (помидоры)	70		0,77	1,92	2,66	15
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	19,21	19,10	86,90	597
ЧЕТВЕРГ 30.09.2021							
Горячее бесплатное питание младшие							
ТТК	Салат из моркови	70		0,74	7,05	10,90	111
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	19,20	19,70	87,90	612
ПЯТНИЦА 1.10.2021							
Горячее бесплатное питание младшие							
ТТК 2013 г	Салат из белокачанной капусты со свежими огурцами	70		0,90	7,06	2,53	78
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	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		53,41	20,19	18,82	79,78	561



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

с 1 по 4 сентября, с 27 сентября по 2 октября 2021 г.

1 неделя (СЕНТЯБРЬ)

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК 27.09.21							
ПОЛДНИК							
АКТ 2019	Печенье сдобное вкусное	3 шт/45		3,41	0,96	31,77	149
	Йогурт питьевой обогащенный 2,8 % (в ассортименте) ДМК	1шт/125		3,5	3,5	14,63	105
	Итого:		30,00	6,91	4,46	46,40	254
ВТОРНИК 28.09.21							
ПОЛДНИК							
АКТ 2019	Маффин лимонный	50		3,096	11,814	29,29	236
№ 389/2015г	Сок разливной 1 л (в ассортименте)	200		1	0,2	20,2	92
	Итого:		30,00	4,10	12,01	49,49	328
СРЕДА 29.09.21							
ПОЛДНИК							
Акт 2019 г	Элеш с птицей (филе куриное)	100		6	4,93	40,26	229
№379/2015г	Кофейный напиток с молоком	200		3,30	1,51	29,1	152
	Итого:		30,00	9,30	6,44	69,36	381
ЧЕТВЕРГ 30.09.2021							
ПОЛДНИК							
АКТ 2019	Печенье сдобное морковное	3 шт/45		3,52	1,23	32,12	154
	Йогурт питьевой обогащенный 2,8 % (в ассортименте) ДМК	1шт/125		3,5	3,5	14,63	105
	Итого:		30,00	7,02	4,73	46,75	259
ПЯТНИЦА 1.10.2021							
ПОЛДНИК							
АКТ 2019	Пирог лимонник	50		3,41	10,02	20,54	187
№ 389/2015г	Сок разливной 1 л (в ассортименте)	200		1	0,2	20,2	92
	Итого:		30,00	4,41	10,22	40,74	279



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

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

1 - я неделя СЕНТЯБРЬ

с 1 по 4 сентября 2021г, с 27 сентября по 2 октября 2021 г

№Сб. рег 1 день

Наименование блюд	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,95	0,5	15,4	72
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	100		1,1	0,2	3,8	24
ТТК2020 Салат Итальянские каникулы(фасоль,помидоры,огурцы солён.м/раст)	80		2	6,7	5,2	92
	сред.		1,35	2,45	8,12	63

ВТОРЫЕ БЛЮДА

256/2015 Говядина тушёная	45/30		14,1	14,9	1,91	198
ТТК 2021 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные,п/ф огурцы свеж. (дол.гарнир)	90/50		12,2	13,3	7,93	199
ТТК 2019 Горбуша по-Московски	70/20		16,5	13,3	1,94	194
ТТК 2020 Голень куриная в сливочном маринаде, огурец свеж.-доп.гарнир	80/10/50		23,4	26,0	1,33	334
ТТК 2019 Буритос с отварной курицей и сыром	190		19,1	34,0	31,4	512
	сред.		16,56	16,9	3,28	231

ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,1	171
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	120		2,34	5,5	18,9	135
	сред.		3,27	5,6	22,52	153

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



8(800)234-33-88

@depta.kzn

25/25		3,15	0,5	23,6	114
Итого с					
самост.бл	73,00	23,71	36,9	79,3	755
Итого	73,00	24,40	25,3	74	627

Многопрофильный
лицей №185

Меню

28.09.21

№Сб. пр. 2 день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,95	0,5	15,4	72
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11
ТТК2016	Салат "Мечта" (капуста св., кукуруза, з/гор. консер., масло растит.)	100	1,52	15,1	3,65	157
	сред.		1,06	5,2	6,97	80

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК2016	Горбуша запечённая с сыром (филе)	75/8	19,4	12,0	2,65	196
ТТК 2021	Бифштекс рубленый по-домашнему п/ф, помидоры свеж, доп. гарнир	90/60	13,7	13,4	8,9	208
ТТК 2020	Гуляш из куриных грудок	75/50	14,5	15,6	2,84	210
ТТК 2020	Нагетсы куриные (п/ф)	6шт/96	20	24,1	2,93	304
	сред.		16,91	16,3	4,33	230

ГАРНИРЫ

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
	сред.		5,54	6,4	30,57	204

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	39,00

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с 30/30 3,78 0,6 28,3 137

Итого- 73,00 27,36 28,5 79,5 689

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

№Сб. ра 3-ий день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ	
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,95	0,5	15,4	72
тк2016г	Огурцы,помидоры свежие с маслом	45/45/10	0,81	10,1	2,6	106
ткк	Яйцо под соусом "Переменка" с з/горошком (доп.гарнир)	48/15/5	6,6	14,0	1,3	158
	сред.	2,79	8,2	6,42	112	

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ткк 2019	Люля-кебаб (п/ф), помидоры свежие- доп.гарнир	80/60	14,4	14,3	5,8	207
ткк 2019	Цыплята запечённые (с томатом),огурцы свежие- доп.гарнир	100/50	32	30,1	0,98	404
ткк 2019	Горбуша тушёная с овощами (филе)	70/25	14,7	6,8	2,2	129
ткк2018	Блинчики п/ф со сгущённым молоком	5шт/225/50	14,6	10,9	86,4	503
	сред.	20,37	17,1	2,99	247	

ГАРНИРЫ

312/2015	Пюре картофельное	180	4,13	5,5	25,7	173
ткк2020	Рис отварной с овощной смесью (мексиканская смесь с красной фасолью)	180	6,4	8,0	52	303
	сред.	5,27	6,8	38,85	238	

НАПИТКИ

ткк 2021	Чай черный,зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
701/2004	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	108
	сред.	0,05	0,05	17,20	70	

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

Итого- 73,00 30,99 32,4 84,30 758
 Итого с
 самост.бл 73,00 19,95 19,5 128,9 776
 юдом-

Директор
 Калькулятор
 Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

№СБ. рет 4 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимос	белки	жиры	углев	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,95	0,5	15,4	72
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	100		1,1	0,2	3,8	24
ТТК2016 Салат "Каприз" (помидоры, кукуруза, сыр, сухарики, масло раст.)	75		2	9,03	4,24	108
сред.		1,35	3,23	7,80	68	

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2016 Медальоны из куриных грудок с сыром	80/10		22	21,2	0,3	280
ТТК2016 Горбуша запечённая с сыром, соусом Переменка	70/8/8		18,3	15,8	2,8	226
ТТК2020 Мясо по-Милански	200		22,6	25,5	15,1	383
ТТК 2019 Буритос с отварной курицей и сыром	190		19,1	34,0	31,4	512
сред.		20,15	18,5	1,55	253	

ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,1	171
541/2004 Рагу овощное	180		3,3	8,8	19,9	173
сред.		3,75	7,2	23,00	172	

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,06	0,0	8	34
ТТК 2021 Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,03	11,6	48
сред.		0,09	0,02	9,80	41	

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

Итого- 73,00 27,23 29,2 56,3 602
Итого с
самост.бл 73,00 24,20 33,3 54,98 625
юдом-



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Код	Наименование	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,95	0,5	15,4	72	
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	
ТТК 2016	Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками, яйцом, м/растит.	60	4,5	9,6	7	133	
	сред.		2,05	3,4	8,09	72	

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2015	Горбуша запечённая	80	15,8	9,4	3,3	160
ТТК 2019	Говядина со стручковой фасолью	40/40	12,7	19,2	4	240
ТТК 2019	Котлеты "Школьные" (п/ф) помидоры свежие - доп. гарнир	90/90	13,9	16,0	7	225
ТТК 2019	Шашлык из куриной грудки соусом Переменка	80/10	19,1	22,4	1,9	351
ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущённым молоком	5шт/175/30	47,3	13,5	51,4	525
	сред.		15,40	16,8	4,05	244

ГАРНИРЫ

ТТК 2014	Каша полбяная рассыпчатая с маслом	180/5	6,5	11,0	35	265
216/2004	Картофель тушёный	180	3,43	7,9	26,9	193
	сред.		4,97	9,4	30,95	229

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай чёрный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	2,42	0,1	26,6	108
	сред.		1,21	0,03	17,30	70

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

Итого с
самост.бл 73,00 53,71 17,4 100,3 781
юдом-
Итого- 73,00 26,77 30,0 83,94 729

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn





**Многопрофильный
лицей №185**

№Сб. пр. 6 день
СУББОТА

Меню

2.10.2021



ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,95	0,5	15,4	72
71/2015	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	24
3/2015	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/8	6,3	10,7	15,5	184
		сред.	2,78	3,8	11,55	93

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц"отварные соусом Переменка,	200/30	23,5	32,8	41	555
		сред.	23,50	32,8	41,00	555

ГАРНИРЫ

сред.	0,00	0,0	0,00	0
-------	------	-----	------	---

НАПИТКИ

389/2015	Сок в ассортименте разливной 1л	200	1	0,2	20,2	92
		сред.	1,00	0,2	20,20	92

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

Итого- 73,00 30,43 37,3 96,3 854



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

