

"Согласовано"
Директор Общеобразовательного
учреждения

"Утверждаю"

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

А.К.Агапова

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
с 2 по 7 сентября, с 16 по 21 сентября 2024 г

1 - я неделя (СЕНТЯБРЬ)

1 - ый день

№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
№338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,19	4,86	15,42	131
ТТК 2023	Салат - бар	100		0,85	5,14	2,71	62
	огурцы свежие						
	помидоры свежие						
	масло растительное						
	сред.			2,51	3,49	9,96	83
1 - БИЕ БЛЮДА							
97/2015	Суп картофельный	250		3,5	5,40	19,8	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2023	Котлеты Аппетитные мясо - куриные	90		10,01	12,70	10,98	198
ТТК 2019	Рыба (филе) запечённая	75		17,29	9,89	3,28	171
ТТК 2021	Птица запечённая	100		26,69	24,46	0,97	332
	сред.			18,00	15,68	5,08	234
ТТК2018	Блинчики со сгущённым молоком	4 шт/180/20		11,34	8,39	66,90	390
ТТК 2021	Плов с говядиной	40/160		12,2	15,6	49,03	384
	сред.			11,78	12,00	57,97	387
ГАРНИРЫ							
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,94	6,5	50,25	291
309/2015	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,08	254
ТТК 2020	Капуста брокколи отварная	100		3,11	3,4	4,4	31
	сред.			5,92	5,32	32,58	192
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				7,98	32
ТТК 2021	Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,46	79
	сред.			0,40	0,03	13,22	56
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с сам.блюд		79,00	17,21	15,88	99,99	617
	Итого:		79,00	29,35	24,88	79,68	655

2 - ой день		Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал
№Сб.ре	Наименование блюд						
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)						
		120		0,48	0,48	11,76	56
338/201:	Плоды свежие (яблоки)	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2022	Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с	100		1,47	5,1	8,5	87
ТТК 2023	Салат - бар						
	капуста свежая						
	морковь свежая						
	масло растительное						
	1 - ые БЛЮДА						
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		9,01	10,12	41,14	292
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2019	Чахохбили из птицы	50/50		10,76	14,17	6,93	199
ТТК 2021	Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,47	10,62	2,67	176
ТТК 2020	Медальоны из птицы запеченные с сыром	80/5		16,40	19,6	0,92	246
	сред.			14,88	14,80	3,51	207
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5		20,4	16,35	44,19	406
ТТК 2023	Жаркое по - домашнему	40/160		12,1	17,93	39,88	370
	сред.			16,23	17,14	42,04	338
	ГАРНИРЫ						
304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,08	254
139/2015	Капуста тушеная	180		4,24	7,4	18,03	159
139/2015	Картофель запеченный (из сырого)	150		3,51	8,2	28,4	202
	сред.			4,94	6,93	39,83	242
	НАПИТКИ						
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,04		8,13	34
ТТК 2023	Напиток из вишни	200		0,12	0,03	11,57	48
	сред.			0,08	0,02	9,85	41
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с сам.блюд		79,00	21,54	21,01	82,61	611
	Итого:		79,00	25,14	25,60	83,91	672

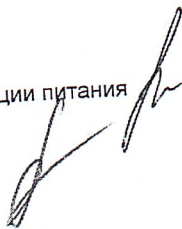
3 - ий день		Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал
№Сб.ре	Наименование блюд						
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)						
№338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,19	4,86	15,42	131
ТТК 2023	Салат - бар	100		1,12	5,2	2,22	62
	капуста пекинская						
	помидоры свежие						
	масло растительное						
	1 - ые БЛЮДА						
96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		5,04	7,60	17,3	158
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021	Чикен	90		9,1	10,11	19,09	202
ТТК 2020	Рыба (филе) запеченая с сыром	75/5		18,60	11,20	2,64	186
243/2015	Сосиски отварные	2 шт/100		11,4	15,71	8,8	219
		сред.		13,03	12,34	10,18	202
ТТК 2021	Птицы (филе) запечённая по - Французски	200		18,89	32,11	18,78	441
ТТК 2021	Запеканка картофельная с мясом	200		14,42	18,3	27,65	331
		сред.		16,66	25,19	23,22	386
	ГАРНИРЫ						
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,94	6,5	50,25	291
309/2015	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,06	254
ТТК 2020	Капуста брокколи отварная	100		3,11	3,4	4,4	31
		сред.		5,92	5,32	32,57	192
	НАПИТКИ						
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				7,98	32
ТТК 2021	Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,46	79
		сред.		0,40	0,03	13,22	56
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с сам.блюд		79,00	22,17	29,09	65,08	616
	Итого:		79,00	24,47	21,56	84,61	624

4 - ый день		Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал	
№Сб.ре	Наименование блюд							
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
е 338/201:	Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56	
ТТК 2023	Салат - бар	100		1,27	5,1	3,34	77	
	огурцы свежие							
	капуста свежая							
	масло растительное							
ТТК 2022	Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131	
		сред.		2,65	3,49	10,17	88	
	1 - ые БЛЮДА							
82/2015	Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10		9,5	11,16	27,7	249	
	ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2019	Рыба (филе) запечённая	75		17,29	9,89	3,28	171	
ТТК 2023	Котлеты Аппетитные мясо - куриные	90		10,01	12,70	10,98	198	
ТТК 2019	Шашлык из птицы (на шампуре) с соусом "Переменка"	100		19	19,1	1,28	251	
		сред.		15,43	13,90	5,18	207	
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5		20,4	16,35	44,19	406	
ТТК 2021	Плов с говядиной	40/160		12,2	15,6	49,03	384	
		сред.		16,31	15,98	46,61	395	
	ГАРНИРЫ							
304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269	
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,08	254	
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,55	3,3	8,88	80	
139/2015	Картофель запечённый (из сырого)	150		3,51	8,2	28,4	202	
		сред.		4,60	6,03	32,09	201	
	НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,04		8,13	34	
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,01		10,18	41	
		сред.		0,03	0,00	9,16	38	
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91	
	Итого с сам.блюд			79,00	21,51	19,83	84,77	612
	Итого:			79,00	25,22	23,78	75,43	624

5 - ый день		Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал	
№Сб.ре	Наименование блюд							
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
		120		0,48	0,48	11,76	56	
е 338/201:	Плоды свежие (яблоки)	30/15		6,19	4,86	15,42	131	
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	100		1,47	5,1	8,5	87	
ТТК 2023	Салат - бар							
	капуста свежая							
	морковь свежая							
	масло растительное							
	сред.			2,71	3,48	11,89	91	
	1 - ые БЛЮДА							
103/2015	Суп картофельный с горохом, гречками	250/10		8,36	8,3	39,27	265	
	ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2022	Биточки рыбные из минтая	90		12,1	15,3	15,92	238	
ТТК	Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,3	3,23	209	
ТТК 2023	Бифштекс рубленный по - домашнему	90		10,7	12,03	15,36	210	
ТТК 2019	Голень запечённая	90		22,8	32,60	2,15	393	
	сред.			15,04	18,80	9,17	263	
ТТК 2018	Блинчики со сгущённым молоком	4 шт/180/20		11,34	8,39	66,90	390	
ТТК 2023	Жаркое по - домашнему	40/160		11,2	12,43	28,83	273	
	сред.			11,29	10,41	47,87	332	
	ГАРНИРЫ							
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,94	6,5	50,25	291	
309/2015	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,06	254	
129/2015	Капуста цветная отварная	100		3,01	3,36	5,06	63	
312/2015	Пюре картофельное	180		3,94	5,58	26,43	175	
	сред.			5,40	5,38	31,20	196	
	НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				7,98	32	
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46	
	сред.			0,07	0,01	9,57	39	
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91	
	Итого с сам.блюд			79,00	16,54	16,28	69,13	494
	Итого:			79,00	25,74	28,02	80,66	680

6 - ой день		Выход	стоимость	белки	жиры	углев.	Ккал
№Сб.ре	Наименование блюд						
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)						
338/201:	Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2023	Салат - бар	100		0,85	5,1	2,71	62
	огурцы свежие						
	помидоры свежие						
	масло растительное						
	1 - ЫЕ БЛЮДА			0,67	2,81	7,24	59
101/2015	Суп картофельный с рисом	250		3,12	10,3	33,6	240
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5		20,4	16,35	44,19	406
		сред.		20,40	16,35	44,19	406
ТТК 2019	Птица запеченная (цыплята)	100		26,6	24,4	0,97	332
		сред.		26,60	24,40	0,97	332
	ГАРНИРЫ						
304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48,01	269
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,06	254
		сред.		5,66	6,29	45,54	262
	НАПИТКИ						
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,04		8,13	34
ТТК 2021	Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,46	79
		сред.		0,42	0,03	13,30	57
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с сам.блюд		79,00	24,01	19,55	83,56	613
	Итого:		79,00	35,87	33,89	85,88	800

Начальник отдела по организации питания
Зав.производством
Калькулятор



"Согласовано"

Директор Общеобразовательного
учреждения


"Утверждаю"

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

А.К.Агапова



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
с 9 по 14 сентября, с 23 по 28 сентября 2024 г

2 - я неделя (СЕНТЯБРЬ)

1 - ый день

№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимость	белки	жиры	углев	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
№38/201:	Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,19	4,86	131	131
ТТК 2023	Салат - бар	100		0,85	5,1	55	62
	огурцы свежие						
	помидоры свежие						
	масло растительное						
	1 - ЫЕ БЛЮДА	сред.	2,51	3,49	65,92	83	
97/2015	Суп картофельный	250		3,5	5,40	20	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
гтк 2023	Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		12,8	13,93	11,73	223,45
ТТК 2019	Рыба (филе) запечённая	75		17,29	9,89	3,28	171
ТТК 2024	Котлеты из мяса птицы	90		12,03	13,73	7,07	197
ТТК 2021	Птица запечённая	100		26,7	24,5	150	332
		сред.	17,20	15,50	43,02	231	
ТТК2018	Блинчики со сгущённым молоком	4 шт/180/20		11,34	8,39	66,90	390
ГАРНИРЫ							
304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48,0	269
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,55	3,3		80
		сред.	4,96	5,30	30,36	201	
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,04		8,13	34
ТТК 2023	Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,46	79
		сред.	0,42	0,03	13,3	57	
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	68	91
	Итого с сам.блюд		79,00	14,27	11,91	146,1	530
	Итого:		79,00	27,60	24,69	220,6	662

2 - ой день		Выход	стоимость	белки	жиры	углев	Ккал
№Сб.ре	Наименование блюд						
	ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)						
		120	0,48	0,48	11,76	56	
в 338/201:	Флоды свежие (яблоки)	30/15	6,2	4,90	131	131	
ТТК 2022	Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с	100	0,75	5,1	55	75	
ТТК 2023	Салат - бар						
	капуста свежая						
	морковь свежая						
	масло растительное						
		сред.	2,48	3,49	65,9	87	
	1 - ЫЕ БЛЮДА						
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10	9,01	10,12	41	292	
	ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021	Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	70/5/5	17,5	10,6	2,67	176	
ТТК 2019	Шашлык из птицы (на шампуре) с соусом "Переменка	100	19	19,1	1,28	251	
ТТК 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/30	9,46	9,91	8,56	161	
		сред.	15,31	13,21	4,17	196	
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5	20,4	16,35		406	
ТТК 2023	Жаркое из птицы	40/160	11,4	11,25	29,1	263	
		сред.	15,90	13,80	14,55	335	
	ГАРНИРЫ						
510/2004	Каша полбяная вязкая	180	4,31	5,5	23,3	160	
309/2015	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254	
ТТК 2020	Овощная смесь отварная	100	3,55	3,3	8,88	80	
		сред.	4,86	4,98	25,09	165	
	НАПИТКИ						
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			7,98	32	
ТТК 2023	Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48	
		сред.	0,06	0,02	9,78	40	
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	68	91	
		Итого с сам.блюд	79,00	20,95	17,67	158,2	553
		Итого:	79,00	25,22	22,06	173,0	579

3 - ий день		Выход	стоимость	белки	жиры	углев	Ккал
№Сб.ре	Наименование блюд						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
№ 338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15	6,19	4,86	15,42	131	
ТТК 2023	Салат - бар	100	1,12	5,2	2,22	62	
	капуста пекинская						
	помидоры свежие						
	масло растительное						
	сред.		2,60	3,51	9,80	83	
1 - ые БЛЮДА							
96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	5,04	7,60	17,30	158	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2023	Бифштекс рубленный по - домашнему	90	10,7	12,03	15,36	210	
ТТК 2019	Голень запечённая	90	22,8	32,60	2,15	393	
ТТК 2020	Рыба (филе) запеченная с сыром	75/5	18,60	11,20	2,64	186	
	сред.		17,36	18,61	6,72	263	
ТТК 2021	Птицы (филе) запечённая по - Французски	200	18,89	32,11	18,78	441	
ГАРНИРЫ							
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,95	6,5	50,25	291	
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,08	254	
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,55	3,3	8,88	80	
	сред.		6,07	5,29	34,07	208	
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04		8,13	34	
ТТК 2021	Напиток из урюка	200	0,8	0,06	18,46	79	
	сред.		0,42	0,03	13,30	57	
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	68	91	
	Итого с сам.блюд		79,00	24,43	36,01	109,9	672
	Итого:		79,00	28,97	27,80	131,9	702

4 - ый день		Выход	стоимость	белки	жиры	углев	Ккал
№Сб.ре	Наименование блюд						
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
		120	0,48	0,48	11,76	56	
338/2011	Плоды свежие (яблоки)	30/15	6,2	4,90	15,4	131	
ТТК 2022	Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с	100	1,27	5,1	3,34	77	
ТТК 2023	Салат - бар						
	огурцы свежие						
	капуста свежая						
	масло растительное						
		сред.	2,65	3,49	10,17	88	
1 - ые БЛЮДА							
82/2015	Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10	9,54	11,16	28	249	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК	Гуляш из птицы	50/50	14,6	15,3	3,23	209	
		75	17,29	9,89	3,28	171	
ТТК 2019	Рыба (филе) запечённая	60/30	12,8	13,93	11,73	223	
ТТК 2023	Тефтели из говядины в соусе томатном	сред.	14,90	13,03	6,08	201	
ТТК 2021	Плов с птицей	40/160	15,4	19,3	53,88	430	
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5	20,4	16,35	44,19	406	
		сред.	17,92	17,82	49,04	418	
ГАРНИРЫ							
ТТК 2020	Капуста брокколи отварная	100	3,11	3,4	4,4	31	
304/2015	Рис отварной	180	4,6	6,5	48,0	269	
309/2015	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254	
139/2015	Картофель запечённый (из сырого)	150	3,51	8,2	28,40	202	
		сред.	4,45	5,90	25,29	162	
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04		8,13	34	
		200	0,01		10,18	41	
ТТК 2021	Напиток из шиповника	сред.	0,03	0,00	9,16	38	
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	68	91	
		Итого с сам.блюд	79,00	23,12	21,67	136,4	635
		Итого:	79,00	24,54	22,78	118,7	580

5 - ый день

№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимость	белки	жиры	ККАЛ	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
в 338/201:	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	42	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,19	4,86	131	131
ТТК 2023	Салат - бар	100		1,47	5,1	8,50	87
	капуста свежая						
	морковь свежая						
	масло растительное						
	сред.			2,71	3,48	60,50	91
1 - ые БЛЮДА							
103/2015	Суп картофельный с горохом	250		8,36	8,28	39,3	265
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
260/2015	Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,56	208
ГТК 2021	Птица в томатном соусе	50/50		9,91	10,58	4	150
ТТК 2020	Ёжики рыбные с рисом в томатном соусе	60/30		10,3	8,16	25,36	230
	сред.			11,29	11,55	10,52	196
ТТК2018	Блинчики со сгущённым молоком	4 шт/180/20		11,34	8,39	66,90	390
ТТК2023	Жаркое из птицы	40/160		11,4	11,25	29,1	263
	сред.			11,37	9,82	48,00	327
ГАРНИРЫ							
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,94	6,5	50,24	291
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,08	254
129/2015	Капуста цветная отварная	100		3,01	3,4	5,06	63
312/2015	Пюре картофельное	180		3,94	5,58	26,43	175
	сред.			5,40	5,38	31,20	196
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				32	32
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02		46
	сред.			0,07	0,01	16,00	39
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	68	91
	Итого с сам.блюд		79,00	0,00	0,00	0,00	0
	Итого:		79,00	21,99	20,77	186	613

6 - ой день							
№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимост	белки	жиры	углев	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
з 338/201:	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2023	Салат - бар	100		0,85	5,1	2,71	62
	огурцы свежие						
	помидоры свежие						
	масло растительное						
		сред.		0,67	2,81	7,24	59
1 - ЫЕ БЛЮДА							
101/2015	Суп картофельный с рисом	250		3,12	10,3	33,60	240
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5		20,4	16,35	44,19	406
		сред.		20,40	16,35	44,19	406
ТТК 2019	Птица запеченная (цыплята)	100		26,6	24,4	0,97	332
243/2015	Сосиски отварные	2 шт/100		11,4	15,71	0,80	219
		сред.		19,00	20,06	0,89	276
ГАРНИРЫ							
304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48,0	269
309/2015	Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,08	254
		сред.		5,66	6,29	45,55	262
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,04		8,13	34
ТТК 2021	Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,46	79
		сред.		0,42	0,03	13,30	57
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	68	91
		Итого с сам.блюд	79,00	24,01	19,55	132,7	613
		Итого:	79,00	28,27	29,55	135,0	744

Начальник отдела по организации питания
Зав.производством
Калькулятор

