

# Меню

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Гимназия №18 с татарским языком обучения – «Габдул»

Приволжского района г. Казани

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения

Г.А. Фасхутдинова



Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"

Казани"

МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ г. Казани ЗАГотовочные Младшие (б/питание)

с 1 декабря 2025 г. по 31 декабря 2025 г.

| № рецеп.                                                                                                      | Наименование блюд                              | Выход  | Цена         | Белки, г      | Жиры, г       | Углевод, г    | Калорийность, ккал |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------------|
| <b>1 НЕДЕЛЯ в период с 1 декабря 2025 г. по 6 декабря 2025 г.: с 15 декабря 2025 г. по 20 декабря 2025 г.</b> |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| <b>1 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| № 338 Дели 2015 г                                                                                             | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                  | 100    |              | 0,400         | 0,400         | 9,800         | 47                 |
| ТТК от 2024г                                                                                                  | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ                          | 90     |              | 8,093         | 9,930         | 7,071         | 150                |
| №302/2015г.Дели                                                                                               | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                     | 150    |              | 6,622         | 5,399         | 25,875        | 179                |
| ТТК 2021 г                                                                                                    | КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ         | 200    |              | 0,135         | 0,023         | 11,150        | 46                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                         | 20     |              | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20     |              | 1,520         | 0,160         | 9,840         | 47                 |
|                                                                                                               | ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ                                 | 1/125  |              | -             | -             | 15,000        | 60                 |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                  |        | <b>89,77</b> | <b>17,770</b> | <b>16,112</b> | <b>87,736</b> | <b>573</b>         |
| <b>2 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| №45/2015г.Дели                                                                                                | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                  | 60     |              | 0,931         | 3,051         | 5,645         | 54                 |
| ТТК № 2739 от 07.12.2023 г                                                                                    | ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ (грудки куриные)               | 30/160 |              | 12,912        | 10,698        | 33,990        | 284                |
| ТТК № 2693 от 14.09.2023 г                                                                                    | НАПИТОК ИЗ УРЮКА                               | 200    |              | 0,800         | 0,064         | 9,460         | 42                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                         | 20     |              | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20     |              | 1,520         | 0,160         | 9,840         | 47                 |
|                                                                                                               | БАТОНЧИК (в ассортименте)                      | 1/30   |              | 1,800         | 6,200         | 15,400        | 128                |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                  |        | <b>89,77</b> | <b>18,963</b> | <b>20,373</b> | <b>83,335</b> | <b>599</b>         |
| <b>3 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| №52/2015г.Дели                                                                                                | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)            | 60     |              | 0,855         | 3,653         | 5,016         | 56                 |
| ТТК 2021г июль                                                                                                | ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДЕЙКИ                   | 45/45  |              | 9,102         | 7,346         | 1,893         | 110                |
| №309/2015г.Дели                                                                                               | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                    | 150    |              | 5,602         | 5,068         | 35,906        | 212                |
| ТТК от 2021г                                                                                                  | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200/8  |              | 0,007         | 0,002         | 7,986         | 32                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                         | 20     |              | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20     |              | 1,520         | 0,160         | 9,840         | 47                 |
| от 1.03.2019г                                                                                                 | МАФФИН ШОКОЛАДНЫЙ                              | 30     |              | 2,068         | 4,341         | 14,864        | 107                |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                  |        | <b>89,77</b> | <b>20,154</b> | <b>20,770</b> | <b>84,505</b> | <b>608</b>         |
| <b>4 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| № 338 Дели 2015 г                                                                                             | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                  | 100    |              | 0,400         | 0,400         | 9,800         | 47                 |
| ТТК 2021 г июль                                                                                               | ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ                               | 30/160 |              | 13,604        | 15,543        | 35,965        | 338                |
| ТТК от 2021г                                                                                                  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)               | 200    |              | 0,080         | 0,080         | 11,940        | 49                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                         | 20     |              | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20     |              | 1,520         | 0,160         | 9,840         | 47                 |
| Акт от 2021г                                                                                                  | ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ ШОКОЛАДНОЕ                     | 15     |              | 1,166         | 4,183         | 9,224         | 79                 |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                  |        | <b>89,77</b> | <b>17,770</b> | <b>20,566</b> | <b>85,769</b> | <b>604</b>         |
| <b>5 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| ТТК                                                                                                           | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                               | 60     |              | 0,702         | 3,051         | 6,720         | 58                 |
| ТТК от 01.11.2022 г                                                                                           | КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ МЯСО-КУРИНЫЕ                | 90г    |              | 10,769        | 9,869         | 8,996         | 168                |
| №312/2015г.Дели                                                                                               | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                              | 150    |              | 3,282         | 4,657         | 22,027        | 146                |
| ТТК от 2021г                                                                                                  | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200/8  |              | 0,007         | 0,002         | 7,986         | 32                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                         | 20     |              | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20     |              | 1,520         | 0,160         | 9,840         | 47                 |
|                                                                                                               | ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ 1 шт/                            | 21     |              | 2,750         | 2,500         | 13,000        | 86                 |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                  |        | <b>89,77</b> | <b>20,030</b> | <b>20,439</b> | <b>77,569</b> | <b>581</b>         |
| <b>6 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                |        |              |               |               |               |                    |
| № 338 Дели 2015 г                                                                                             | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                  | 100    |              | 0,400         | 0,400         | 9,800         | 47                 |
| ТТК январь 2020 г                                                                                             | ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ | 150/30 |              | 16,100        | 17,111        | 38,004        | 370                |
| ТТК 2021 г                                                                                                    | КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ         | 200    |              | 0,135         | 0,023         | 11,150        | 46                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                         | 20     |              | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44                 |
|                                                                                                               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20     |              | 1,520         | 0,160         | 9,840         | 47                 |
| ТТК от 2025г                                                                                                  | ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/               | 30/5   |              | 0,540         | 1,544         | 3,975         | 32                 |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                  |        | <b>89,77</b> | <b>19,695</b> | <b>19,438</b> | <b>81,769</b> | <b>586</b>         |

Начальник производственного отдела

Зав. производством

Калькулятор

Директор

Заведующий столовой

Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

Идиятуллина Г.М.

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №18 с татарским языком обучения – «Галәм»  
Приволжского района г. Казани

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения **Г.А. Фасхутдинова**

Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г.  
Казани"  
МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ г. Казани ЗАГотовочные (Второе блюдо)  
с 1 декабря 2025 г. по 31 декабря 2025 г.

| № рец.                                                                                                        | Наименование блюд                                 | Выход  | Цена         | Белки, г      | Жиры, г       | Углевод<br>ы, г | Калорийность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------|--------------|---------------|---------------|-----------------|-----------------------|
| <b>1 НЕДЕЛЯ в период с 1 декабря 2025 г. по 6 декабря 2025 г.; с 15 декабря 2025 г. по 20 декабря 2025 г.</b> |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>1 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| ТТК 2015г                                                                                                     | ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И<br>УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/5  |              | 15,449        | 15,359        | 34,197          | 337                   |
| ТТК № 2693 от<br>14.09.2023 г                                                                                 | НАПИТОК ИЗ УРЮКА                                  | 200    |              | 0,800         | 0,064         | 9,460           | 42                    |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                            | 30     |              | 1,500         | 0,300         | 13,500          | 77                    |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                     |        | <b>63,00</b> | <b>17,749</b> | <b>15,723</b> | <b>57,157</b>   | <b>456</b>            |
| <b>1 НЕДЕЛЯ</b>                                                                                               |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>2 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| ТТК(АКТ от<br>10.07.2019 года)<br>№303/2015г.Дели                                                             | ГОЛЕНЬ ЗАПЕЧЕННАЯ                                 | 90     |              | 22,752        | 24,686        | 1,575           | 319                   |
| № 648 Сбор. рецеп.<br>2004 г                                                                                  | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ                               | 150    |              | 2,303         | 4,129         | 23,944          | 142                   |
|                                                                                                               | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА                             | 200    |              | -             | -             | 13,100          | 53                    |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                            | 30     |              | 1,500         | 0,300         | 13,500          | 77                    |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                     |        | <b>63,00</b> | <b>26,555</b> | <b>29,115</b> | <b>52,119</b>   | <b>591</b>            |
| <b>1 НЕДЕЛЯ</b>                                                                                               |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>3 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| ТТК от 1Ноября 2022<br>г                                                                                      | БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-<br>ДОМАШНЕМУ               | 90г    |              | 13,497        | 12,037        | 8,367           | 192                   |
| ТТК 2016г                                                                                                     | СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ                                 | 150    |              | 5,601         | 5,068         | 35,899          | 212                   |
| ТТК от 2021г                                                                                                  | ЧАЙ С САХАРОМ                                     | 200/8  |              | 0,021         | 0,005         | 7,989           | 32                    |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                            | 30     |              | 1,500         | 0,300         | 13,500          | 77                    |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                     |        | <b>63,00</b> | <b>20,619</b> | <b>17,410</b> | <b>65,755</b>   | <b>513</b>            |
| <b>1 НЕДЕЛЯ</b>                                                                                               |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>4 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| ТТК от 2025г                                                                                                  | КОТЛЕТЫ НЕЖНЫЕ                                    | 90     |              | 11,557        | 8,288         | 6,947           | 149                   |
| № 510, таб. №4<br>сбор. 2004г                                                                                 | КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ                              | 150    |              | 3,595         | 4,614         | 19,422          | 134                   |
| ТТК № 2694 от<br>14.09.2023 г                                                                                 | НАПИТОК ИЗ ВИШНИ                                  | 200    |              | 0,120         | 0,030         | 11,570          | 48                    |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                            | 30     |              | 1,500         | 0,300         | 13,500          | 77                    |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                     |        | <b>63,00</b> | <b>16,772</b> | <b>13,232</b> | <b>51,439</b>   | <b>408</b>            |
| <b>1 НЕДЕЛЯ</b>                                                                                               |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>5 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| ТТК № 2739 от<br>07.12.2023 г                                                                                 | ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ (грудки<br>куриные)               | 40/160 |              | 12,912        | 10,698        | 33,990          | 284                   |
| № 648 Сбор. рецеп.<br>2004 г                                                                                  | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА                             | 200    |              | -             | -             | 13,100          | 53                    |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                            | 30     |              | 1,500         | 0,300         | 13,500          | 77                    |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                     |        | <b>63,00</b> | <b>14,412</b> | <b>10,998</b> | <b>60,590</b>   | <b>414</b>            |
| <b>1 НЕДЕЛЯ</b>                                                                                               |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>6 ДЕНЬ</b>                                                                                                 |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                |                                                   |        |              |               |               |                 |                       |
| №243/2015г.Дели                                                                                               | СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С<br>СОУСОМ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ        | 50/40  |              | 10,216        | 11,143        | 3,758           | 156                   |
| ТТК 2016г                                                                                                     | СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ                                 | 150    |              | 5,601         | 5,068         | 35,899          | 212                   |
| ТТК № 2694 от<br>14.09.2023 г                                                                                 | НАПИТОК ИЗ ВИШНИ                                  | 200    |              | 0,120         | 0,030         | 11,570          | 48                    |
|                                                                                                               | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                            | 30     |              | 1,500         | 0,300         | 13,500          | 77                    |
|                                                                                                               | <b>Итого:</b>                                     |        | <b>63,00</b> | <b>17,437</b> | <b>16,541</b> | <b>64,727</b>   | <b>493</b>            |

Научно-производственный отдела

Заведующий отделом

Зав. производством

Зав. производством

Идиятуллина Г.М.

Калькулятор



8(800)234-33-88



@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №18 с татарским языком обучения – «Галәм»  
Приволжского района г. Казани

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения

Г.А. Фасхутдинова

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора  
АО «Департамент продовольствия и  
социального питания г. Казани»  
Агапова А.К.

Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"

## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

в столовых общеобразовательных школ г. Казани для учащихся с 11 лет и старше  
с 1 декабря 2025 г. по 31 декабря 2025 г.

| № рецеп.                                                                                             | Наименование блюд                              | Выход   | Цена  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | Популярность, % |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------|-------|----------|---------|-------------|--------------------|-----------------|
| <b>1 НЕДЕЛЯ с 1 декабря 2025 г. по 6 декабря 2025 г.; с 15 декабря 2025 г. по 20 декабря 2025 г.</b> |                                                |         |       |          |         |             |                    |                 |
| <b>1 ДЕНЬ</b>                                                                                        |                                                |         |       |          |         |             |                    |                 |
| <b>1-Салаты</b>                                                                                      |                                                |         |       |          |         |             |                    |                 |
| № 338 Дели 2015 г                                                                                    | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                  | 100     |       | 0,400    | 0,400   | 9,600       | 47                 | 25              |
| реп. № 3/2004г. № 3/2015г Дели                                                                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                              | 30/15   |       | 6,195    | 4,860   | 15,420      | 131                | 20              |
| ТТК                                                                                                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                               | 100     |       | 1,170    | 5,085   | 11,200      | 96                 | 20              |
| № 45/2015г Дели                                                                                      | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                  | 100     |       | 1,552    | 5,085   | 9,408       | 91                 | 25              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |         |       | 2,329    | 3,858   | 11,457      | 91                 |                 |
| <b>1-Первые блюда</b>                                                                                |                                                |         |       |          |         |             |                    |                 |
| № 85/2015г Дели                                                                                      | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ              | 250     |       | 1,818    | 5,195   | 8,940       | 91                 | 10              |
| ТТК                                                                                                  | - СМЕТАНА                                      | 10      |       | 0,260    | 1,500   | 0,360       | 16                 | 10              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |         |       | 2,078    | 6,695   | 9,300       | 107                |                 |
| <b>2-Вторые блюда</b>                                                                                |                                                |         |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК Август 2024 г                                                                                    | РЫБА (филе) ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ (М)              | 90/10   |       | 20,981   | 9,117   | 3,177       | 180                | 10              |
| № 256/2015г Дели                                                                                     | МЯСО ТУШЕНОЕ                                   | 50/50   |       | 15,887   | 18,310  | 2,553       | 238                | 10              |
| ТТК от 2024г                                                                                         | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ                          | 90      |       | 8,093    | 9,930   | 7,071       | 150                | 15              |
| ТТК от 2025 г                                                                                        | НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ                               | 100     |       | 23,063   | 25,880  | 9,264       | 357                | 15              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |         |       | 17,006   | 15,809  | 5,516       | 231                |                 |
| <b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>                                                                |                                                |         |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК 2015г                                                                                            | ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/5   |       | 15,449   | 15,359  | 34,197      | 337                | 20              |
| ТТК (Акт 19.06.2018 г)                                                                               | БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/       | 180/20  |       | 11,340   | 8,396   | 66,900      | 390                | 30              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |         |       | 13,395   | 11,878  | 50,549      | 364                |                 |
| <b>3-Гарниры</b>                                                                                     |                                                |         |       |          |         |             |                    |                 |
| № 302/2015г Дели                                                                                     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                     | 180     |       | 7,946    | 6,479   | 31,050      | 214                | 10              |
| № 309/2015г Дели                                                                                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                    | 180     |       | 6,722    | 6,079   | 43,083      | 254                | 15              |
| № 304/2015г Дели                                                                                     | РИС ОТВАРНОЙ                                   | 180     |       | 4,601    | 6,521   | 48,017      | 269                | 15              |
| ТТК от 8.12.2020 г                                                                                   | ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ                         | 100     |       | 3,554    | 3,327   | 8,885       | 80                 | 10              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |         |       | 5,706    | 5,602   | 32,759      | 204                |                 |
| <b>4-Напитки</b>                                                                                     |                                                |         |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК 2021 г                                                                                           | ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ          | 200/8/5 |       | 0,045    | 0,005   | 8,134       | 34                 | 50              |
| ТТК № 2053 от 14.09.2023 г                                                                           | НАПИТОК ИЗ УРЮКА                               | 200     |       | 0,800    | 0,064   | 9,460       | 42                 | 50              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |         |       | 0,423    | 0,035   | 8,797       | 38                 |                 |
| <b>5-Хлеб</b>                                                                                        |                                                |         |       |          |         |             |                    |                 |
|                                                                                                      | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                         | 20      |       | 1,000    | 0,200   | 9,000       | 44                 | 100             |
|                                                                                                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20      |       | 1,520    | 0,160   | 9,840       | 47                 | 100             |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |         |       | 1,260    | 0,180   | 9,420       | 46                 |                 |
|                                                                                                      | Итого:                                         |         | 89,00 | 42,196   | 44,056  | 127,798     | 1 081              |                 |

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

Идиятуллина Г.М.

#poelidovolen



Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №18 с татарским языком обучения – «Галәм»  
Приволжского района г. Казани

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения

Г.А. Фасхутдинова



Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"

## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

в столовых общеобразовательных школ г. Казани для учащихся с 11 лет и старше  
с 1 декабря 2025 г. по 31 декабря 2025 г.

| № рец.                                                                                               | Наименование блюд                              | Выход  | Цена         | Белки, г      | Жиры, г       | Углеводы, г    | Калорийность, ккал | Популярность, % |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------|--------------|---------------|---------------|----------------|--------------------|-----------------|
| <b>1 НЕДЕЛЯ с 1 декабря 2025 г. по 6 декабря 2025 г.; с 15 декабря 2025 г. по 20 декабря 2025 г.</b> |                                                |        |              |               |               |                |                    |                 |
| <b>1 НЕДЕЛЯ</b>                                                                                      |                                                |        |              |               |               |                |                    |                 |
| <b>2 ДЕНЬ</b>                                                                                        |                                                |        |              |               |               |                |                    |                 |
| <b>1-Салаты</b>                                                                                      |                                                |        |              |               |               |                |                    |                 |
| № 339 Дели 2015 г                                                                                    | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                  | 100    |              | 0,400         | 0,400         | 9,800          | 47                 | 20              |
| ТТК                                                                                                  | БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)          | 30/15  |              | 6,195         | 4,860         | 15,420         | 131                | 10              |
| №10 Сб.Пермя 2001г                                                                                   | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ                    | 100    |              | 0,990         | 10,140        | 8,786          | 132                | 25              |
| №52/2015г Дели                                                                                       | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)            | 100    |              | 1,425         | 6,089         | 8,360          | 94                 | 35              |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                                   |        |              | 2,253         | 5,372         | 10,592         | 101                |                 |
| <b>1-Первые блюда</b>                                                                                |                                                |        |              |               |               |                |                    |                 |
| №102/2015г, Дели                                                                                     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох)            | 250    |              | 5,870         | 5,545         | 19,280         | 151                | 10              |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                                   |        |              | 5,870         | 5,545         | 19,280         | 151                |                 |
| <b>2-Вторые блюда</b>                                                                                |                                                |        |              |               |               |                |                    |                 |
| ТТК № 3063 от 29.10.2024 г                                                                           | РЫБА (филе) ПО - МОСКОВСКИ (М)                 | 70/20  |              | 17,024        | 14,728        | 1,790          | 209                | 15              |
| №260/2015г, Дели                                                                                     | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ                              | 50/50  |              | 15,194        | 17,678        | 2,845          | 231                | 5               |
| №243/2015г, Дели                                                                                     | СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ                               | 100    |              | 12,200        | 10,264        | 3,000          | 156                | 20              |
| ТТК от 4.04.2022 г                                                                                   | МЕДАЛЬОНЫ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ | 95/5   |              | 25,452        | 28,308        | 1,100          | 362                | 5               |
| ТТК(АКТ от 10.07.2019 года)                                                                          | ГОЛЕНЬ ЗАПЕЧЕННАЯ                              | 90     |              | 22,752        | 24,686        | 1,575          | 319                | 20              |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                                   |        |              | 18,524        | 19,133        | 2,062          | 255                |                 |
| <b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>                                                                |                                                |        |              |               |               |                |                    |                 |
| ТТК от 2023г                                                                                         | ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ (грудки куриные)               | 40/150 |              | 12,912        | 10,698        | 33,990         | 284                | 30              |
| ТТК(АКТ к/пр. от 26.02.2017)                                                                         | СЫРНИКИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" СО СГУЩЕННОЙ            | 140/40 |              | 38,833        | 12,660        | 52,804         | 487                | 5               |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                                   |        |              | 25,873        | 11,679        | 43,397         | 386                |                 |
| <b>3-Гарниры</b>                                                                                     |                                                |        |              |               |               |                |                    |                 |
| №304/2015г, Дели                                                                                     | РИС ОТВАРНОЙ                                   | 180    |              | 4,601         | 6,521         | 48,017         | 269                | 15              |
| ТТК 2016г                                                                                            | СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ                              | 180    |              | 6,722         | 6,079         | 43,083         | 254                | 35              |
| №312/2015г, Дели                                                                                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                              | 180    |              | 3,938         | 5,588         | 26,432         | 175                | 10              |
| №129/2015г, Дели                                                                                     | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ                       | 180    |              | 5,420         | 6,045         | 9,106          | 114                | 5               |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                                   |        |              | 5,170         | 6,058         | 31,660         | 203                |                 |
| <b>4-Напитки</b>                                                                                     |                                                |        |              |               |               |                |                    |                 |
| ТТК                                                                                                  | ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ                   | 200/6  |              | -             | -             | 7,984          | 32                 | 20              |
| ТТК от 2021г                                                                                         | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)               | 200    |              | 0,080         | 0,080         | 11,940         | 49                 | 80              |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                                   |        |              | 0,040         | 0,040         | 9,962          | 41                 |                 |
| <b>5-Хлеб</b>                                                                                        |                                                |        |              |               |               |                |                    |                 |
|                                                                                                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20     |              | 1,520         | 0,160         | 9,840          | 47                 | 100             |
|                                                                                                      | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                         | 20     |              | 1,000         | 0,200         | 9,000          | 44                 | 100             |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                                   |        |              | 1,260         | 0,180         | 9,420          | 46                 |                 |
|                                                                                                      | <b>Итого:</b>                                  |        | <b>89,00</b> | <b>58,990</b> | <b>48,007</b> | <b>126,373</b> | <b>1 183</b>       |                 |

Директор  
Калькуляционный столовой  
Зав. производством

Идиятуллина Г.М.

#poelidovolen



Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



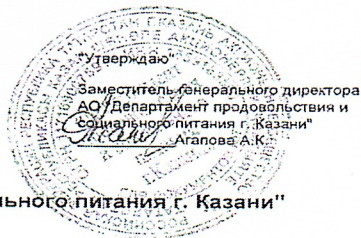
# Меню

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №18 с татарским языком обучения – «Галәм»  
Приволжского района г. Казани

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения

Г.А. Фасхутдинова



Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"

## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

в столовых общеобразовательных школ г. Казани для учащихся с 11 лет и старше  
с 1 декабря 2025 г. по 31 декабря 2025 г.

| № рец.                                                                                               | Наименование блюд                                   | Выход   | Цена  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | Популярность, % |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------|-------|----------|---------|-------------|--------------------|-----------------|
| <b>1 НЕДЕЛЯ с 1 декабря 2025 г. по 6 декабря 2025 г.; с 15 декабря 2025 г. по 20 декабря 2025 г.</b> |                                                     |         |       |          |         |             |                    |                 |
| <b>3 ДЕНЬ</b>                                                                                        |                                                     |         |       |          |         |             |                    |                 |
| <b>1-Салаты</b>                                                                                      |                                                     |         |       |          |         |             |                    |                 |
| № 338 Дели 2015 г                                                                                    | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                       | 100     |       | 0,400    | 0,400   | 9,800       | 47                 | 20              |
| рец. № 3/2004г. № 3/2015г. Дели                                                                      | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                   | 30/15   |       | 6,195    | 4,860   | 15,420      | 131                | 20              |
| №47/2015г. Дели                                                                                      | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                           | 100     |       | 1,598    | 5,096   | 8,240       | 88                 | 10              |
| №52/2015г. Дели                                                                                      | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)                 | 100     |       | 1,425    | 6,089   | 8,360       | 94                 | 40              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                               |         |       | 2,405    | 4,111   | 10,455      | 90                 |                 |
| <b>1-Первые блюда</b>                                                                                |                                                     |         |       |          |         |             |                    |                 |
| №82/2015г. Дели                                                                                      | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ                        | 250     |       | 1,775    | 5,166   | 12,300      | 103                | 10              |
| ТТК                                                                                                  | - СМЕТАНА                                           | 10      |       | 0,260    | 1,500   | 0,360       | 16                 | 10              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                               |         |       | 2,035    | 6,666   | 12,660      | 119                |                 |
| <b>2-Вторые блюда</b>                                                                                |                                                     |         |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК Август 2024 г                                                                                    | РЫБА (филе) ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ ПЕРЕМЕНКА (М) | 90/5/5  |       | 19,682   | 7,080   | 3,378       | 156                | 15              |
| ТТК 2021г июль                                                                                       | ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДЕЙКИ                        | 45/45   |       | 9,102    | 7,346   | 1,893       | 110                | 15              |
| ТТК от 1Ноября 2022 г                                                                                | БИФШТЕКС РУБЛЕНЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ                      | 90г     |       | 13,497   | 12,037  | 8,367       | 192                | 10              |
| №268/2015г. Дели                                                                                     | ПТИЦА ОТВАРНАЯ                                      | 100     |       | 23,992   | 20,616  | 0,328       | 283                | 35              |
| ТТК №3340 от 11 08 2025                                                                              | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ В СОУСЕ                        | 55/40   |       | 13,015   | 15,079  | 3,276       | 201                | 25              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                               |         |       | 15,858   | 12,428  | 3,448       | 188                |                 |
| <b>3-Гарниры</b>                                                                                     |                                                     |         |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК 2014                                                                                             | КАША ПОЛБЯНАЯ РАССЫПЧАТАЯ                           | 180     |       | 6,460    | 7,326   | 34,949      | 231                | 20              |
| №309/2015г. Дели                                                                                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                         | 180     |       | 6,722    | 6,079   | 43,083      | 254                | 40              |
| №128/2015г. Дели                                                                                     | КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ                           | 180     |       | 5,599    | 6,195   | 7,999       | 55                 | 10              |
| №312/2015г. Дели                                                                                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                   | 180     |       | 3,938    | 5,588   | 26,432      | 175                | 30              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                               |         |       | 5,680    | 6,297   | 28,116      | 179                |                 |
| <b>4-Напитки</b>                                                                                     |                                                     |         |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК 2021 г                                                                                           | ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ               | 200/8/5 |       | 0,045    | 0,005   | 8,134       | 34                 | 20              |
| № 648 Сбор. рецел. 2004 г                                                                            | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА                               | 200     |       | -        | -       | 13,100      | 53                 | 80              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                               |         |       | 0,023    | 0,003   | 10,617      | 44                 |                 |
| <b>5-Хлеб</b>                                                                                        |                                                     |         |       |          |         |             |                    |                 |
|                                                                                                      | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20      |       | 1,000    | 0,200   | 9,000       | 44                 | 100             |
|                                                                                                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 20      |       | 1,520    | 0,160   | 9,840       | 47                 | 100             |
|                                                                                                      | СРЕД:                                               |         |       | 1,260    | 0,180   | 9,420       | 46                 |                 |
|                                                                                                      | Итого:                                              |         | 89,00 | 27,261   | 29,685  | 74,716      | 666                |                 |

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

Идиятуллина Г.М.

#poelidovolen



Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №18 с татарским языком обучения – «Галәм»  
Приволжского района г. Казани

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения

Г.А. Фасхутдинова

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора  
АО «Департамент продовольствия и  
социального питания г. Казани»  
Агапова А.К.

Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"

## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

в столовых общеобразовательных школ г. Казани для учащихся с 11 лет и старше  
с 1 декабря 2025 г. по 31 декабря 2025 г.

| № рец.                                                                                               | Наименование блюд                        | Выход  | Цена  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | Популярность, % |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------|-------|----------|---------|-------------|--------------------|-----------------|
| <b>1 НЕДЕЛЯ с 1 декабря 2025 г. по 6 декабря 2025 г.; с 15 декабря 2025 г. по 20 декабря 2025 г.</b> |                                          |        |       |          |         |             |                    |                 |
| <b>1 НЕДЕЛЯ</b>                                                                                      |                                          |        |       |          |         |             |                    |                 |
| <b>4 ДЕНЬ</b>                                                                                        |                                          |        |       |          |         |             |                    |                 |
| <b>1-Салаты</b>                                                                                      |                                          |        |       |          |         |             |                    |                 |
| № 339 Дели 2015 г                                                                                    | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)            | 100    |       | 0,400    | 0,400   | 9,800       | 47                 | 30              |
| ТТК                                                                                                  | БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)    | 30/15  |       | 6,195    | 4,860   | 15,420      | 131                | 15              |
| ТТК                                                                                                  | ЯЙЦО ПОД СОУСОМ ПЕРЕМЕНКА                | 48/10  |       | 6,381    | 11,250  | 0,752       | 130                | 40              |
| ТТК от 3.02.2022 г                                                                                   | САЛАТ ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ                       | 100    |       | 1,818    | 8,418   | 5,083       | 104                | 15              |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                             |        |       | 3,649    | 6,232   | 7,764       | 103                |                 |
| <b>1-Первые блюда</b>                                                                                |                                          |        |       |          |         |             |                    |                 |
| №103/2015г.Дели                                                                                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (гр.А)     | 250    |       | 2,860    | 3,048   | 20,875      | 123                | 10              |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                             |        |       | 2,860    | 3,048   | 20,875      | 123                |                 |
| <b>2-Вторые блюда</b>                                                                                |                                          |        |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК № 3063 от 28.10.2024 г                                                                           | РЫБА (филе) ПО - МОСКОВСКИ (М)           | 70/20  |       | 17,024   | 14,728  | 1,790       | 209                | 15              |
| ТТК(АКТ от 10.07.2019 года)                                                                          | ГОЛЕНЬ ЗАПЕЧЕННАЯ                        | 90     |       | 22,752   | 24,686  | 1,575       | 319                | 15              |
| ТТК от 2025г                                                                                         | КОТЛЕТЫ НЕЖНЫЕ                           | 90     |       | 11,557   | 8,288   | 6,947       | 149                | 30              |
| ТТК (№ 776 от 11.02.2020 г)                                                                          | ГОВЯДИНА СО СТРУЧКОВОЙ ФАСОЛЬЮ           | 50/50  |       | 15,606   | 21,634  | 4,011       | 274                | 5               |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                             |        |       | 16,735   | 17,334  | 3,581       | 238                |                 |
| <b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>                                                                |                                          |        |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК 2021 г июль                                                                                      | ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ                         | 30/160 |       | 13,604   | 15,543  | 35,965      | 338                | 15              |
| ТТК (Акт 15.09.2018 г)                                                                               | БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/ | 180/20 |       | 11,340   | 8,398   | 66,900      | 390                | 20              |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                             |        |       | 12,472   | 11,970  | 51,433      | 364                |                 |
| <b>3-Гарниры</b>                                                                                     |                                          |        |       |          |         |             |                    |                 |
| №302/2015г.Дели                                                                                      | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ               | 180    |       | 7,946    | 6,479   | 31,050      | 214                | 30              |
| ТТК 2016г                                                                                            | СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ                        | 180    |       | 6,722    | 6,079   | 43,083      | 254                | 25              |
| № 541/2004 год                                                                                       | РАГУ ОВОЩНОЕ                             | 180    |       | 3,364    | 9,173   | 20,173      | 178                | 20              |
| ТТК от 8.12.2020 г                                                                                   | ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ                   | 180    |       | 6,205    | 5,994   | 15,513      | 141                | 5               |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                             |        |       | 6,059    | 6,931   | 32,255      | 216                |                 |
| <b>4-Напитки</b>                                                                                     |                                          |        |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК                                                                                                  | ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ             | 200/8  |       | -        | -       | 7,984       | 32                 | 20              |
| ТТК № 2693 от 14.09.2023 г                                                                           | НАПИТОК ИЗ УРЮКА                         | 200    |       | 0,800    | 0,064   | 9,460       | 42                 | 80              |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                             |        |       | 0,800    | 0,064   | 8,722       | 37                 |                 |
| <b>5-Хлеб</b>                                                                                        |                                          |        |       |          |         |             |                    |                 |
|                                                                                                      | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                   | 20     |       | 1,000    | 0,200   | 9,000       | 44                 | 100             |
|                                                                                                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20     |       | 1,520    | 0,160   | 9,840       | 47                 | 100             |
|                                                                                                      | <b>СРЕД:</b>                             |        |       | 1,260    | 0,180   | 9,420       | 46                 |                 |
|                                                                                                      | <b>Итого:</b>                            |        | 89,00 | 43,835   | 45,759  | 134,049     | 1 127              |                 |

Директор  
Калькуляционный столовой  
Зав. производством

Идиятуллина Г.М.

#poelidovolen



Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №18 с татарским языком обучения – «Галәм»  
Приволжского района г. Казани

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения

Г.А. Фасхутдинова



Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"  
МЕНЮ  
СВОБОДНОГО ВЫБОРА

в столовых общеобразовательных школ г. Казани для учащихся с 11 лет и старше  
с 1 декабря 2025 г. по 31 декабря 2025 г.

| № рец.                                                                                               | Наименование блюд                                       | Выход   | Цена  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | Популярность, % |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------|-------|----------|---------|-------------|--------------------|-----------------|
| <b>1 НЕДЕЛЯ с 1 декабря 2025 г. по 6 декабря 2025 г.; с 15 декабря 2025 г. по 20 декабря 2025 г.</b> |                                                         |         |       |          |         |             |                    |                 |
| <b>1 НЕДЕЛЯ</b>                                                                                      |                                                         |         |       |          |         |             |                    |                 |
| <b>5 ДЕНЬ</b>                                                                                        |                                                         |         |       |          |         |             |                    |                 |
| <b>1-Салаты</b>                                                                                      |                                                         |         |       |          |         |             |                    |                 |
| № 338 Дели 2015 г                                                                                    | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                           | 100     |       | 0,400    | 0,400   | 9,800       | 47                 | 50              |
| рец. № 3/2004г. № 3/2015г. Дели                                                                      | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                       | 30/15   |       | 6,195    | 4,860   | 15,420      | 131                | 20              |
|                                                                                                      | ОВОЩНЫЕ ПАЛОЧКИ ИЗ МОРКОВИ 100 г                        | 100     |       | 1,300    | 0,100   | 6,900       | 34                 | 10              |
| №47/2015г. Дели                                                                                      | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                               | 100     |       | 1,598    | 5,096   | 8,240       | 88                 | 10              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                                   |         |       | 2,048    | 2,589   | 8,365       | 67                 |                 |
| <b>1-Первые блюда</b>                                                                                |                                                         |         |       |          |         |             |                    |                 |
| №96/2015г. Дели                                                                                      | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ                                | 250     |       | 2,285    | 5,385   | 16,925      | 126                | 10              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                                   |         |       | 2,285    | 5,385   | 16,925      | 126                |                 |
| <b>2-Вторые блюда</b>                                                                                |                                                         |         |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК Август 2024 г                                                                                    | РЫБА (Филе) ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ ПЕРЕМЕНКА (М)     | 90/5/5  |       | 10,682   | 7,060   | 3,378       | 156                | 10              |
| ТТК от 2025 г                                                                                        | НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ                                        | 100     |       | 23,063   | 25,880  | 9,264       | 357                | 10              |
| 2021 г ТТК №3289 от 07.07.2025                                                                       | ФРИКАССЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК                              | 50/50   |       | 9,055    | 7,071   | 3,601       | 114                | 40              |
| ТТК от 31.11.2022 г                                                                                  | КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ МЯСО-КУРИНЫЕ                         | 90г     |       | 10,769   | 9,869   | 8,996       | 168                | 10              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                                   |         |       | 19,642   | 12,470  | 6,310       | 199                |                 |
| <b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>                                                                |                                                         |         |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК 2257 от 2023 г                                                                                   | ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ (грудки куриные)                        | 40/150  |       | 12,912   | 10,698  | 33,990      | 284                | 10              |
| ТТК 2021г июль                                                                                       | ПЛОВ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ                                | 30/160  |       | 12,760   | 13,684  | 32,883      | 306                | 10              |
| ТТК от 2025г                                                                                         | ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 2 шт/60/10 г ( из п/ф 36 г) | 70г     |       | 1,080    | 3,088   | 7,950       | 64                 | 10              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                                   |         |       | 8,917    | 9,157   | 24,941      | 218                |                 |
| <b>3-Гарниры</b>                                                                                     |                                                         |         |       |          |         |             |                    |                 |
| №312/2015г. Дели                                                                                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                       | 180     |       | 3,938    | 5,588   | 26,432      | 175                | 10              |
| №309/2015г. Дели                                                                                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                             | 180     |       | 6,722    | 6,079   | 43,063      | 254                | 40              |
| №304/2015г. Дели                                                                                     | РИС ОТВАРНОЙ                                            | 180     |       | 4,601    | 6,521   | 48,017      | 289                | 15              |
| №129/2015г. Дели                                                                                     | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ                                | 180     |       | 5,420    | 6,045   | 9,106       | 114                | 5               |
|                                                                                                      | СРЕД:                                                   |         |       | 5,170    | 6,058   | 31,660      | 203                |                 |
| <b>4-Напитки</b>                                                                                     |                                                         |         |       |          |         |             |                    |                 |
| ТТК 2021 г                                                                                           | ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ                   | 200/8/5 |       | 0,045    | 0,005   | 8,134       | 34                 | 20              |
| ТТК от 2021г                                                                                         | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)                        | 200     |       | 0,080    | 0,080   | 11,940      | 49                 | 80              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                                   |         |       | 0,063    | 0,043   | 10,037      | 42                 |                 |
| <b>5-Хлеб</b>                                                                                        |                                                         |         |       |          |         |             |                    |                 |
|                                                                                                      | 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:                                                  |         | 89,00 | 35,386   | 35,882  | 107,658     | 901                |                 |

Директор  
Калькуляционный столовой  
Зав. производством

Идиятуллина Г.М.

#poelidovolen



Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №18 с татарским языком обучения – «Галәм»  
Приволжского района г. Казани

"Согласовано"

Директор  
общеобразовательного учреждения

Г.А. Фасхутдинова

"Утверждаю"

Заместитель генерального директора  
АО «Департамент продовольствия и  
социального питания г. Казани»  
Агапова А.К.

Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г. Казани"

## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

в столовых общеобразовательных школ г. Казани для учащихся с 11 лет и старше  
с 1 декабря 2025 г. по 31 декабря 2025 г.

| № рец.                                                                                               | Наименование блюд                              | Выход | Цена         | Белки, г      | Жиры, г       | Углеводы, г    | Калорийность, ккал | Популярность, % |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------|--------------|---------------|---------------|----------------|--------------------|-----------------|
| <b>1 НЕДЕЛЯ с 1 декабря 2025 г. по 6 декабря 2025 г.; с 15 декабря 2025 г. по 20 декабря 2025 г.</b> |                                                |       |              |               |               |                |                    |                 |
| <b>1 НЕДЕЛЯ</b>                                                                                      |                                                |       |              |               |               |                |                    |                 |
| <b>6 ДЕНЬ</b>                                                                                        |                                                |       |              |               |               |                |                    |                 |
| <b>1-Салаты</b>                                                                                      |                                                |       |              |               |               |                |                    |                 |
| № 338 Дели 2015 г                                                                                    | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                  | 100   |              | 0,400         | 0,400         | 9,800          | 47                 | 30              |
| ТТК                                                                                                  | БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)          | 30/15 |              | 6,195         | 4,860         | 15,420         | 131                | 40              |
| №47/2015г. Дели                                                                                      | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                      | 100   |              | 1,598         | 5,096         | 8,240          | 88                 | 20              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |       |              | 2,731         | 3,452         | 11,153         | 89                 |                 |
| <b>1-Первые блюда</b>                                                                                |                                                |       |              |               |               |                |                    |                 |
| № 101 Сб.рецептур 2015г.Дели                                                                         | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПой (рис)                | 250   |              | 2,120         | 2,878         | 17,435         | 104                | 10              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |       |              | 2,120         | 2,878         | 17,435         | 104                |                 |
| <b>2-Вторые блюда</b>                                                                                |                                                |       |              |               |               |                |                    |                 |
| ТТК Август 2024 г                                                                                    | РЫБА (филе) ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ (М)              | 90/10 |              | 20,981        | 9,117         | 3,177          | 180                | 20              |
| ТТК                                                                                                  | ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ (цыплята)                     | 100   |              | 26,697        | 24,450        | 0,970          | 332                | 30              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |       |              | 23,839        | 16,784        | 2,074          | 256                |                 |
| <b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>                                                                |                                                |       |              |               |               |                |                    |                 |
| ТТК 2015г                                                                                            | ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/5 |              | 15,449        | 15,359        | 34,197         | 337                | 50              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |       |              | 15,449        | 15,359        | 34,197         | 337                |                 |
| <b>3-Гарниры</b>                                                                                     |                                                |       |              |               |               |                |                    |                 |
| № 216 Сб.р. 2004г                                                                                    | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ                              | 180   |              | 3,904         | 12,735        | 29,357         | 249                | 25              |
| ТТК 2016г                                                                                            | СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ                              | 180   |              | 6,722         | 6,079         | 43,083         | 254                | 25              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |       |              | 5,313         | 9,407         | 36,220         | 252                |                 |
| <b>4-Напитки</b>                                                                                     |                                                |       |              |               |               |                |                    |                 |
| ТТК                                                                                                  | ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ                   | 200/8 |              | -             | -             | 7,984          | 32                 | 20              |
| ТТК № 2693 от 14.09.2023 г                                                                           | НАПИТОК ИЗ УРЮКА                               | 200   |              | 0,800         | 0,064         | 9,460          | 42                 | 80              |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |       |              | 0,800         | 0,064         | 8,722          | 37                 |                 |
| <b>5-Хлеб</b>                                                                                        |                                                |       |              |               |               |                |                    |                 |
|                                                                                                      | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ                         | 20    |              | 1,000         | 0,200         | 9,000          | 44                 | 100             |
|                                                                                                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20    |              | 1,520         | 0,160         | 9,640          | 47                 | 100             |
|                                                                                                      | СРЕД:                                          |       |              | 1,260         | 0,180         | 9,420          | 46                 |                 |
| <b>Итого:</b>                                                                                        |                                                |       | <b>89,00</b> | <b>56,112</b> | <b>49,092</b> | <b>133,721</b> | <b>1 209</b>       |                 |

Начальник производственного отдела

Зав. производством

Калькулятор

Директор

Калькулятор  
Зав. производством

Идиятуллина Г.М.

#poelidovolen



Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»