

Меню

2 - я неделя АПРЕЛЬ

1 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Десерт фруктовый	90		0,4	0,4	8,8	42
Овощи натуральные солёные порционно (огурцы)	35		0,28	0,04	0,6	5
Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75
капуста пекинская	77					
огурцы свежие	18					
масло растительное	5					
сред.			2,70	3,47	9,90	87
Суп крестьянский с крупой, курицей, зеленью (сушен.)	250/10/1		4,30	7,40	10,32	125

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Люля кебаб из говядины	90		13	14,91	3,753	202
Гуляш из говядины	40/40		12,2	14,10	2,30	185
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	60/5/5		14,9	8,8	0,2	139
Голень запеченная	80		18,20	18,40	0,50	241
сред.			14,58	14,05	1,69	192

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Рис отварной	180		4,6	6,52	48,01	269
Макаронные изделия отварные (м/слив.)	180		6,8	5,4	43,1	248
сред.			4,96	6,23	33,89	212

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
сред.			0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	15/15		1,89	0,3	14,13	68
Итого с						
самост.блю	79,00	20,12	23,04	79,20	619	
дом-						
Итого-	79,00	24,16	24,02	68,77	597	

Директор
Калькулятор
Зав. производством

С.А. Калькулятор



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

3-ий день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Десерт фруктовый	90	0,4	0,4	8,8	42
Салат-бар	75	2,7	6,6	6,9	98
свекла отварная	45				
кукуруза консервирован.	25				
масло растительное	5				

Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной, зеленью	250/10/5/1	5	9,0	17,31	170
--	------------	---	-----	-------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Биточки из говядины паровые	75	11,3	11,53	6,656	175
Гуляш из говядины	40/40	12,2	14,10	2,30	185
Птица запеченная (цыплята)	90	24	21,6	0,8	294

Жаркое из птицы	40/160	11,40	11,50	29,10	263
-----------------	--------	-------	-------	-------	-----

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (м/раст.)	180	6,8	5,4	43,1	241
Картофель запеченный	150	3,51	8,25	28,42	202

НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,1	0,04	10,71	44
сред.		0,05	0,02	9,36	38

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91
Итого с	79,00	22,13	23,42	68,38	576
самост.блю					
Итого-	79,00	25,07	25,36	67,88	603

Директор
Калькулятор
Зав. производством.



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88



Меню

4 день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Десерт фруктовый

90 0,4 0,4 8,8

Салат-бар

1шт/15/5 6,8 10,8 1,3

яйцо варёное вкрутую

1шт.

зелёный горошек консервиров.

15

масло растительное

5

Суп картофельный с горохом, с курицей, с зеленью сушёной

250/10/1 9,4 8,4 26,4 219

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты рубленые из говядины

75 12 14,20 10,9 214

Говядина тушеная

40/40 12,70 14,60 2,00 191

Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка

60/5/5 14,9 8,8 0,2 139

Птица запеченная (цыплята)

90 24 21,6 0,8 294

сред. 12,72 11,84 2,78 168

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая

180 4,2 5,6 26,41 173

Рис отварной

180 4,6 6,52 48,01 269

Спагетти отварные (м/раст.)

180 6,8 5,4 43,1 248

сред. 9,08 4,73 40,20 240

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном

200/8/5 0,05 8,13 34

Напиток из вишни

200 0,12 0,0 11,6 48

сред. 0,09 0,02 9,87 41

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный

20/20 2,52 0,36 18,84 91

Итого с
самост.блю 79,00 23,32 34,34 48,97 604
Итого- 79,00 28,12 22,01 75,05 614

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



Меню

4 день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Десерт фруктовый

90 0,4 0,4 8,8

Салат-бар

1шт/15/5 6,8 10,8 1,3

яйцо варёное вкрутую

1шт.

зелёный горошек консервиров.

15

масло растительное

5

Суп картофельный с горохом, с курицей, с зеленью сушёной

250/10/1 9,4 8,4 26,4 219

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты рубленные из говядины

75 12 14,20 10,9 214

Говядина тушеная

40/40 12,70 14,60 2,00 191

Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка

60/5/5 14,9 8,8 0,2 139

Птица запеченная (цыплята)

90 24 21,6 0,8 294

сред. 12,72 11,84 2,78 168

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая

180 4,2 5,6 26,41 173

Рис отварной

180 4,6 6,52 48,01 269

Спагетти отварные (м/раст.)

180 6,8 5,4 43,1 248

сред. 9,08 4,73 40,20 240

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном

200/8/5 0,05 8,13 34

Напиток из вишни

200 0,12 0,0 11,6 48

сред. 0,09 0,02 9,87 41

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный

20/20 2,52 0,36 18,84 91

Итого с
самост.блю 79,00 23,32 34,34 48,97 604
Итого- 79,00 28,12 22,01 75,05 614

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



Меню

5 день

Наименование блюд

выход стоимос белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Десерт фруктовый	90	0,4	0,4	8,8	42
Салат-бар	100	1,5	5,1	5,5	75
капуста пекинская	77				
помидоры свежие	18				
масло растительное	5				
сред.		2,70	3,47	9,90	87

Борщ со свежей капустой, картофелем, с курицей, сметаной, с зеленью сушёной	250/10/5/1	4,43	8,8	12,66	139
---	------------	------	-----	-------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Биточки из говядины паровые	75	11,3	11,53	6,656	175
Рыба (филе) по-Московски	60/20	15,8	13,6	1,8	193
Гуляш из говядины	40/40	12,2	14,10	2,30	185
Котлеты рубленые из птицы	80	10,73	11,61	5,70	168
сред.		12,52	12,71	4,11	180

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Рагу овощное	180	3,36	9,17	20,17	178
Макаронные изделия отварные (м/раст.)	180	6,8	5,4	43,1	240

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
сред.		0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68

Итого с самост.блю	79,00	16,92	17,28	78,26	546
Итого-	79,00	21,84	24,88	89,96	597

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN

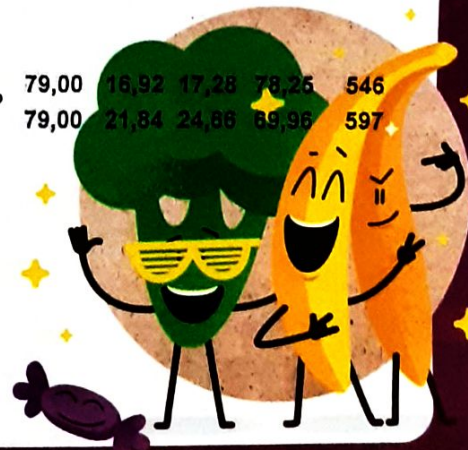


@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen



Меню

6 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Десерт фруктовый

выход стоимо белки жиры углев. ККАЛ

90 0,4 0,4 8,8 42

Салат-бар

35/35/5 0,63 5,10 2 57

огурцы свежие

35

помидоры свежие

35

масло растительное

5

сред.

2,41 3,47 8,73 81

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом сливочн.

180/5

21,4 17,9 37,7 398

сред.

21,40 17,90 37,70 398

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном

200/8/5

0,05 8,13 34

Напиток яблочный

200

13,1 53

сред.

0,03 0,00 10,62 44

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный

15/15

1,89 0,3 14,13 68

Итого с
самост.блю
Итого-

79,00 25,73 21,64 71,18 591
79,00 27,69 29,12 80,14 698

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

