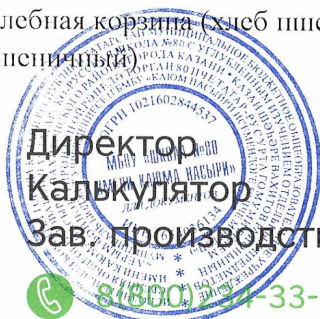


Меню

на 9 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
сухарики(фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	100		5,89	12,00	8,92	168
Горячий бутерброд с сыром, (батон в/с)	35/10/6		7,51	6,19	15,42	149
Салат-бар	100		2,00	6,20	8,10	97
помидоры свежие	40					
огурцы свежие	40					
фасоль консервированные	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Люля-кебаб из говядины	100		14,50	16,57	4,17	224
Гуляш из говядины	50/50		15,20	17,67	2,85	231
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332
Рыба (филе) запеченная с сыром	90/10		23,4	14,5	3,2	237
Сосиски отварные	100		10,40	20,10	0,80	226
Блинчики п/ф со стуженком	4шт./180/20		11,30	8,40	66,90	390
Рыба (филе) запеченная с сыром	90/10		23,4	14,5	3,2	237
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,20	5,60	26,41	173
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269
Капуста тушеная	180		4,24	7,43	18,03	159
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,80	5,40	43,10	248
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8,00	32
Напиток яблочный	200				13,10	53
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91

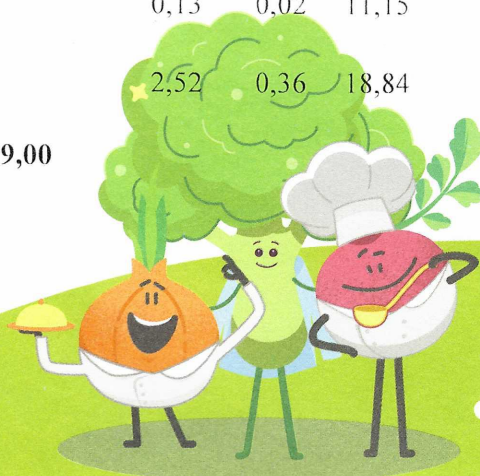
79,00



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800) 37-33-88

@depta.kzn



Меню

на 10 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
Салат "Итальянские каннелли" (фасоль к/с, помидоры св., огурцы соленые, м/растит.)	90		2,34	7,58	6,03	104
Салат Хрустящий (Пекинская, огурцы свежие, сыр, соус перемена, сухарики)	100		7,2	15,10	10,20	206,00
Бутерброд с сыром, маслом(батон)	35/10/5		5,00	7,20	15,50	147
Салат-бар	100		2,00	6,2	8,5	99
огурцы свежие	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Биточки из говядины паровые	80		12,10	12,30	7,10	187
Гуляш из говядины	50/50		15,20	17,67	2,85	231
Грудка куриная (филе) запеченная с сыром, томатом	70/5		19,00	18,10	0,30	241
Шашлык из куриных грудок (с переменакой, на шашурке)	90		17,1	17,2	1,20	226
Плов с говядиной	40/160		11,90	15,00	42,80	357
ГАРНИРЫ						
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,80	5,40	43,10	248,00
Картофель запеченный	180		4,21	9,9	34,1	242
НАПИТКИ						
Напиток лимонный	200		0,14	0,02	14,45	61,00
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34,00

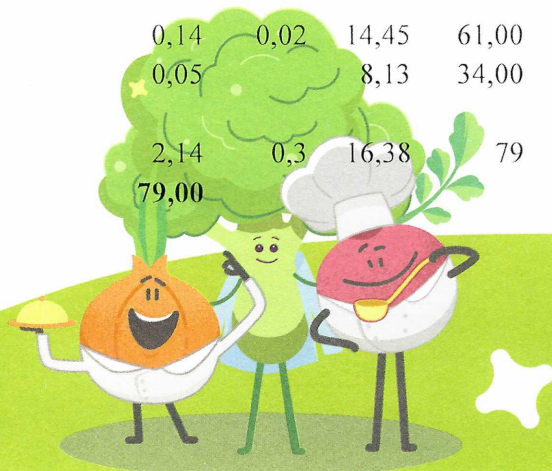
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 20/15

0,14 0,02 14,45 61,00
0,05 8,13 34,00
2,14 0,3 16,38 79

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)254-53-88

@depta.kzn



Меню

на 11 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
Салат-бар	100		2,00	6,20	8,10	97
помидоры свежие	40					
капуста свежая	40					
горошек консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
Салат Фрунчоза (лапша рисовая, огурцы свеж., кукуруза к/с, масло/раст)	60		0,988	3,13	8,4	69
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты аппетитные мясо куриные	100		20,80	24,10	4,45	312,00
Гуляш из филе грудок индейки	50/50		10,04	12,60	2,00	231,00
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332,00
Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным	3шт/105/35		28,40	9,80	45,30	540
Грудка куриная (филе) по французски с соусом Бешамель	180		14,90	13,20	20,53	264,00
Буритос с курицей и сыром	170		20,40	33,30	27,96	496,00
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00
НАПИТКИ						
Чай пакетированный с сахаром	200/8		0,00		8,00	32,00
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Кисель	200		0,10	0,1	26,40	108

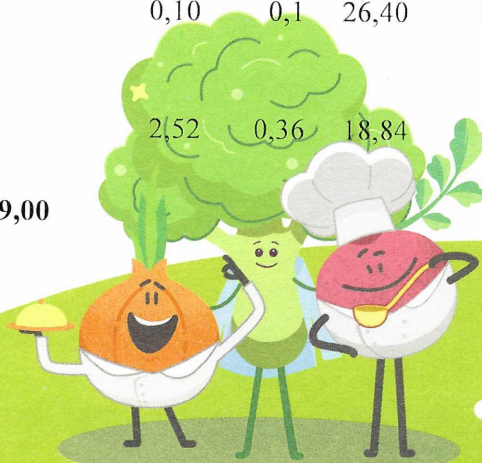
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный) 20/20

2,52 0,36 18,84 91

Директор
Калькулятор
Зав. производством



79,00



8(800)534-33-88

@depta.kzn

Меню

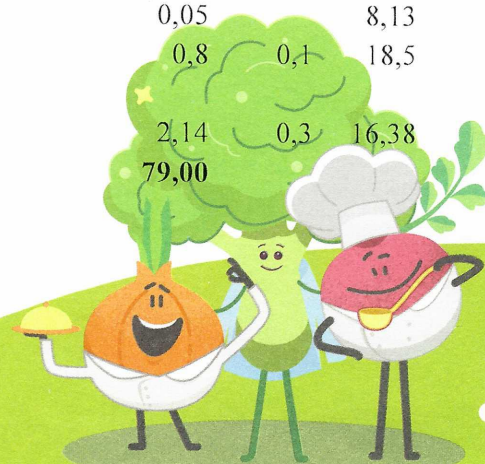
на 12 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
Салат Успех(огурцы свежие, яйцо, сыр, соус переменка)	90		4,1	6,8	1,6	84
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками(фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо,	90		6,60	13,50	10,00	189
Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5		6,5	11,3	1,1	132
Ассорти овощное (помидоры, огурцы свеж. перец слад, раст.масло)	15/15/10/3		0,40	3,05	1,35	35
Салат-бар	100		2,00	6,20	8,52	99,00
морковь свежая	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты рубленые из говядины	80		12,80	15,20	11,60	228
Гуляш из говядины	50/50		15,20	17,67	2,85	231,00
Рыба (филе)запеченная с сыром	90/10		23,4	14,5	3,2	237
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332,00
Жаркое из птицы	50/150		16,20	15,80	22,00	296
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,20	5,60	26,41	173
Пюре картофельное	180		39,93	5,58	26,43	175,00
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15		2,14	0,3	16,38	79

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



Меню

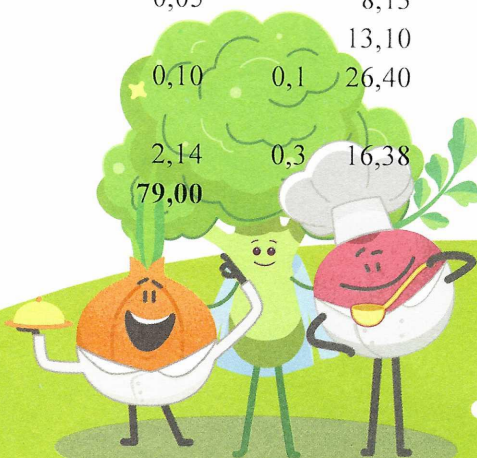
на 13 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
Салат Прага(грудки курин., морковь, огурцы свеж., яйцо, соус переменка)	100		6,45	8,94	2,2	115
Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом раст.	100		0,94	6,15	3,47	74
Салат-бар	100		1,30	6,10	6,50	87
свекла отварная	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный	10					
консервированный						
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Говядина тушеная	50/50		15,90	18,30	2,55	238
Рыба филе по Московски	85/20		21,40	14,90	1,90	227
Котлеты куриные (из грудок)	100		13,41	14,51	7,12	210
Плов с куриными грудками	50/150		16,40	20,00	40,00	413,00
Кыстыбый с картофелем(лаваш) с маслом сливочным	170/5		6,50	12,00	42,10	306
ГАРНИРЫ						
Капуста тушеная	180		4,24	7,43	18,03	159,00
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,8	5,4	43,1	248
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток яблочный	200				13,10	53
Кисель	200		0,10	0,1	26,40	108
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15		2,14	0,3	16,38	79

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-34-88

@depta.kzn



Меню

на 14 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Салат Каприз(помидоры свеж.кукуруза к/с, сыр, сухарики, м/рас)	90		2,43	10,80	5,13	130
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
Горячий бутерброд с сыром(батон в/с)	30/20		7,51	6,19	15,42	149
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Сосиски отварные с соусом Переменка	2шт/100/20		10,50	31,10	1,60	329
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332
ГАРНИРЫ						
Спагетти отварные (масло сливочные)	180		6,72	6,10	43,10	254
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00
НАПИТКИ						
Чай пакетированный с сахаром	200/8		0,02	0,00	7,90	32
Напиток шиповника	200		0,1	0,00	10,18	41,00
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
		79,00				



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

