

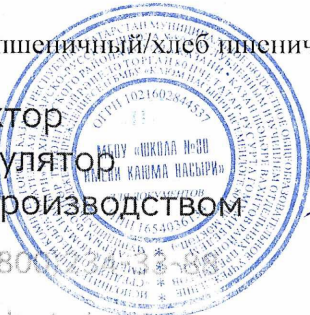
Меню

на 16 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 перемена)	50		4,1	6,8	1,6	84
Бутерброд с сыром, маслом(батон)	35/10/5		5,00	7,20	15,50	147
Салат-бар	100		2,00	6,20	8,10	97,00
помидоры свежие	40					
огурцы свежие	40					
фасоль консервированные	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из говядины	50/50		15,20	17,67	2,85	231,00
Рыба(филе) запеченная с сыром, с соусом	80/5/10		19,80	14,20	3,20	221
Перемена						
Голень запеченная	80		18,20	18,40	0,50	241
Плов с куриными грудками	50/150		16,40	20,00	40,00	413,00
Буритос с курицей и сыром	170		20,40	33,30	27,96	496,00
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,20	5,60	26,41	173,00
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00
Капуста тушеная	180		4,24	7,43	18,03	159,00
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,80	5,40	43,10	248,00
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34,00
Напиток яблочный	200		0,1	0,10	26,40	108,00
Компот из замороженной вишни	200		0,13	0,02	11,15	46,00
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	25/20		2,77	0,5	21,1	102

79.00

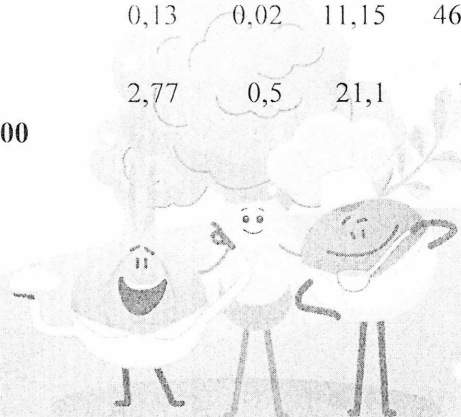
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)



@depta.kzn



Меню

на 17 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 Каприз(помидоры свеж.кукуруза к/с, сыр, сухарики, м/рас)	90		2,43	10,80	5,13	130
Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5		6,5	11,3	1,1	132
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

Гуляш из филе грудок индейки	50/50		10,04	12,60	2,00	231,00
Грудка куриная (филе) запеченная с сыром, томатом	70/5		19,00	18,10	0,30	241
Рыба (филе) по итальянски с сыром	90/10		17,6	10,9	3,6	183
Ёжики мясные с рисом паровые	80		12,00	13,00	6,57	191,00

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180		4,20	5,60	26,41	173,00
Пюре картофельное	180		39,93	5,58	26,43	175,00
Овощная смесь отварная	180		3,60	3,30	8,90	80,00
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00

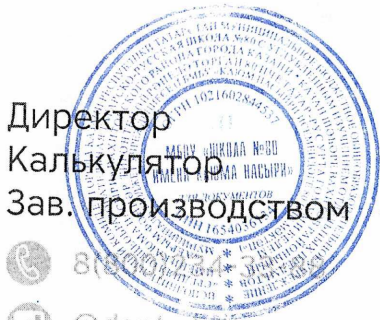
НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8		0,00		8,00	32,00
Напиток лимонный	200		0,14	0,02	14,45	61,00

Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
---	-------	--	------	------	-------	----

79.00

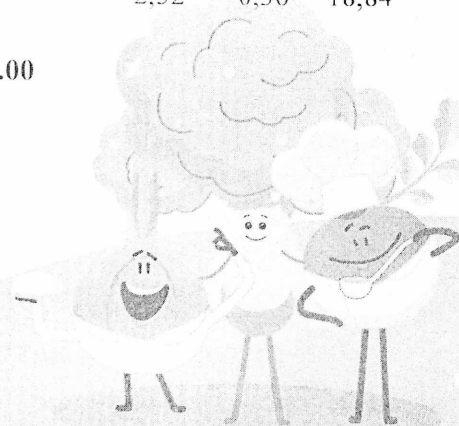
Директор
Калькулятор
Зав. производством



810



@depta.kzn



Меню

на 18 октября 2023 года

МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд Выход 'тоимост Белки Жиры Угл-ды Ккал

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,80	47
Ассорти овощное (помидоры, огурцы свеж. сыр, соус переменка, сухарики)	15/15/10/3	0,40	3,05	1,35	35
Салат Хрустящий (Пекинка, огурцы свеж, сыр, соус переменка, сухарики)	90	5,7	12,9	9,2	176
Салат Фрунчоза (лапша рисовая, огурцы свеж., кукуруза к/с, масло/раст)	60	0,988	3,13	8,4	69

Салат-бар	100	1,90	6,20	7,00	93,00
помидоры свежие	40				
капуста свежая	40				
горошек консервированный	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,67	2,85	231
Птица запеченная (цыплята)	100	15,40	16,70	5,85	233
Шашлычок из куриных грудок (с переменокой, на шапуре)	90	17,1	17,2	1,20	226

Жаркое из птицы	50/150	16,20	15,80	22,00	296
-----------------	--------	-------	-------	-------	-----

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
Картофель запеченный	180	4,21	9,9	34,1	242
Овощная смесь отварная	100	3,6	3,3	8,9	80

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8	0,00		8,00	32,00
Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,1	30,56	128
Компот из свежих яблок	200	0,08	0,1	11,9	49

Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15	2,14	0,3	16,38	79
-------------------------------------	-------	------	-----	-------	----

79.00

Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-98

poelidovolen.ru

Меню

на 19 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
Бутерброд с сыром, маслом(батон)	35/10/5		5,00	7,20	15,50	147
Салат из свежих помидоров (без лука)	100		1,05	6,20	3,61	77,00
Салат Пекинская с кукурузой (капуста пекинская, кукуруза, масло/раст)	100		1,46	5,31	3,86	70,00
Салат-бар	100		2,00	6,20	8,10	97,00
морковь свежая	40					
капуста свежая	40					
зеленый горошек консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты рубленные из говядины	80		12,80	15,20	11,60	228,00
Рыба(филе) запеченная с сыром, с соусом	80/5/10		19,80	14,20	3,20	221
Перемеленка						
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332,00
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/20		11,30	8,40	66,90	390,00
Грудка куриная (филе) по-французски с соусом	180		14,90	13,20	20,53	264,00
Бефстроганов						
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00
Пюре гороховое	180		20,70	1,44	43,29	269,00
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,80	5,40	43,10	248,00
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34,00
Напиток шиповника	200		0,1	0,00	10,18	41,00
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,10	13,40	58,00
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15		2,14	0,3	16,38	79

79.00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Меню

на 20 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюда	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.,	90		5,80	8,00	2,00	103
Ассорти овощное (помидоры, огурцы свеж., масло	30/30/5		0,4	5,05	1,35	53
Салат-бар	100		1,30	6,10	6,50	87,00
свекла отварная	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный	10					
консервированный						
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба (филе) по-московски	85/20		21,4	14,9	1,9	227
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,67	2,85	231
Котлеты куриные (из грудок)	100		13,41	14,51	7,12	210
Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным	4штг/140/35		37,00	12,00	53,94	478
молоком						
Гречка с фаршем и овощами	230		20,8	17,40	55,20	460
ГАРНИРЫ						
Рагу овощное	180		3,36	9,17	20,17	178
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,8	5,4	43,1	248
Рис "Мозаика" соевыми	180		4,44	12,7	40,91	297
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8		0,00		8,00	32,00
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,1	0,04	10,71	44
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	25/25		3,15	0,5	19,45	114

79.00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

