

Меню

на 16 января 2023 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК (ЗАВТРАК)						
• Бутерброд с сыром, с маслом (батон)	30/10/8		4,94	9,33	15,48	166
• Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	181
• Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
Итого:		30,00	10,87	14,90	48,52	290

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Горячее бесплатное питание младшие						
• Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
• Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		5,50	6,83	8,46	117
• Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
• Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
• Печенье сдобное весовое	2шт/30		1,07	1,14	8,23	48
• Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
• Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:	543	62,10	19,04	17,62	80,67	560

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88

Меню

на 17 января 2023 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
-------------------	-------	---------	-------	------	--------	------

ВТОРНИК (ЗАВТРАК)

- | | | | | | | |
|--|---------------|--|------|------|-------|-----|
| • Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком | 2
шт/90/25 | | 6,75 | 5,47 | 41,77 | 244 |
| • Компот из замороженной компотной смеси | 200 | | 0,13 | 0,02 | 11,15 | 46 |

Итого:		30,00	6,88	5,49	52,92	290
---------------	--	-------	------	------	-------	-----

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
-------------------	-------	---------	-------	------	--------	------

Горячее бесплатное питание младшие

- | | | | | | | |
|---------------------------------|--------|--|-------|-------|-------|-----|
| • Плоды свежие (яблоки) | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| • Салат из белокачанной капусты | 60 | | 0,93 | 3,05 | 5,64 | 54 |
| • Рагу из куриных грудок | 50/150 | | 12,04 | 15,23 | 23,20 | 278 |
| • Напиток из шиповника | 200 | | 0,01 | | 10,17 | 41 |
| • Хлеб ржано-пшеничный | 20 | | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| • Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |

Итого:	600	62,10	15,90	19,04	67,65	511
---------------	-----	-------	-------	-------	-------	-----

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

Меню

на 18 января 2023 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углеб.	Ккал
СРЕДА(ЗАВТРАК)						
• Бутерброд с сыром,маслом(батон)	40/15		6,94	5,15	20,56	157
• Каша вязкая молочная из пшениной крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
• Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Итого:		30,00	13,60	11,14	61,76	411

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углеб.	Ккал
Горячее бесплатное питание младшие						
• Свекла отварная (дольками) с маслом	60		0,85	3,65	5,02	56
• Котлеты “Школьные”	90		11	6,09	3,6	113
• Рис отварной с маслом сливочным	150/5		3,87	9,05	40,05	257
• Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,03	11,57	48
• Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
• Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:	535	62,10	17,73	19,09	74,37	542

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88

Меню

на 19 января 2023 года

МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд

Выход

Стои-ть

Белки

Жиры

Углеб.

Ккал

ЧЕТВЕРГ (ЗАВТРАК)

• Сырники “Классические” со сгущенным молоком	2 шт/70/10	17,04	5,37	25,7	222
• Кисель из концентрата	200			13,10	53
Итого:	30,00	17,04	5,37	38,79	275

Наименование блюд

Выход

Стои-ть

Белки

Жиры

Углеб.

Ккал

Горячее бесплатное питание младшие

• Салат из моркови	60		0,63	6,04	9,34	95
• Гуляш из говядины	45/45		10,80	7,7	2,56	123
• Макароны изделия отварные	150		5,60	5,06	35,91	212
• Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,08	11,94	49
• Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
• Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:	530	62,10	19,00	19,15	73,88	547

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88

Меню

на 20 января 2023 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
ПЯТНИЦА (ЗАВТРАК)						
• Масло сливочное порциями	10		0,08	7,25	0,13	66
• Макароны изделия отварные с сыром	140		8,39	7,65	29,97	223
• Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
• Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:		30,00	10,36	15,63	50,94	387

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Горячее бесплатное питание младшие						
• Салат из квашенной капусты (без лука)	60		0,98	3,05	4,63	51
• Чикен	90		11,10	8,20	19,09	195
• Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,28	4,66	22,03	146
• Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
• Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
• Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:	530	62,10	17,35	16,22	70,59	504

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88