

Меню

Меню с 12 по 17 декабря 2022 года

МБОУ «Школа №80 имени Каюма Насыри»

Наименование продуктов

ПОНЕДЕЛЬНИК (12.12.2022)

Горячий завтрак (старшие)

Шашлычок ИЗ куриных грудок (на

Макаронные изделия отварные (см/р)

Компот из свежих ПЛОДОВ (яблоки)

Хлеб ржано - пшеничный

Выход	Стои- ть	Белк и	Жир ы	Угл- ды	Ккал
80		13,8	12,4	1,00	170
150		5,60	5,10	36,00	212
200		0,08	0,1	11,9	49
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	20,23	17,73	55,7	464

ВТОРНИК (13.12.2022)

Горячий завтрак (старшие)

Котлеты "Школьные"

Рис отварной

Чай с сахаром

Хлеб ржано - пшеничный

90		11,43	9,9	10	172
150		3,8	5,4	40	224
200/8		0,02	0,001	7,9	32
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	16,00	15,45	64,25	461

СРЕДА (14.12.2022)

Горячий завтрак (старшие)

Гуляш из куриных грудок

Пюре картофельное

Чай с сахаром

Хлеб ржано - пшеничный

50/50		10	12,6	2,1	162
150		3,3	4,7	22	146
200/8		0,02	0,001	7,9	32
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	14,07	17,45	38,75	373

ЧЕТВЕРГ (15.12.2022)

Горячий завтрак (старшие)

Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом

Компот из замороженной компотной

Хлеб ржано - пшеничный

160/5		19	16,3	33,5	357
200		0,12	0,03	11,6	48
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	19,87	16,48	51,85	438

ПЯТНИЦА (16.12.2022)

Горячий завтрак (старшие)

Люля-кебаб

Каша гречневая вязкая

Чай с сахаром, лимоном

Хлеб ржано - пшеничный

80		14,3	13,1	6	195
150		3,5	4,6	22,03	144
200/8/5		0,07	0,01	8,14	34
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	18,62	17,90	42,42	406

СУББОТА (17.12.2022)

Завтрак (старшие)

Сосиски отварные

Спагетти отварные (с м/растит.)

Компот из свежих ПЛОДОВ (яблоки)

Хлеб ржано - пшеничный

2шт/100		8,92	9,51	2,39	136
150		5,60	5,10	36,00	212
200		0,08	0,1	11,9	49
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	15,35	14,84	57,04	430

Директор

Калькулятор

Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn