

Меню

Меню с 13.03 по 04 марта 2023 года

МБОУ «Школа №80 имени Каюма Насыри»

Наименование продуктов

ПОНЕДЕЛЬНИК (13.03.2023)

Горячий завтрак (старшие)

Шашлычок из куриных грудок

Макаронные изделия отварные (см/р)

Чай с сахаром

Хлеб ржано - пшеничный

Выход	Стои- ть	Белк и	Жир ы	Угл- ды	Ккал
80		13,8	14,0	1,00	184
150		5,60	5,10	36,00	212
200/8		0,02	0,001	7,9	32
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	20,17	19,25	51,7	461

ВТОРНИК (14.03.2023)

Горячий завтрак (старшие)

Тефтели из говядины в соусе томатном

Рис отварной

Компот из замороженной комп. смеси

Хлеб ржано - пшеничный

70/40		10,2	10,	8,5	173
150		3,8	5,4	40	224
200		0,12		11,6	48
20		1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	15,12	16,43	69,10	489

СРЕДА (15.03.2023)

Горячий завтрак (старшие)

Нагетсы куриные

Пюре картофельное

Чай с сахаром

Хлеб ржано - пшеничный

4 шт/64		13,1	15,7	2,3	200
150		3,3	4,7	22	146
200/8		0,02	0,001	7,9	32
20		1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	17,42	20,60	41,20	422

ЧЕТВЕРГ (16.03.2023)

Горячий завтрак (старшие)

Люля-кебаб

Каша гречневая вязкая

Хлеб ржано - пшеничный

80		14,3	13,1	6	195
200/8		0,02	0,001	7,9	32
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	13,47	14,55	38,05	340

ПЯТНИЦА (17.02.2023)

Горячий завтрак (старшие)

Картофель тушеный с фаршем

Чай с сахаром

Хлеб ржано - пшеничный

170		12,7	14,4	23,4	275
200/8		0,02	0,001	7,9	32
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	13,47	14,55	38,05	340

СУББОТА (18.02.2023)

Завтрак (старшие)

Сосиски отварные

Спагетти отварные (с м/растит.)

Чай с сахаром

Хлеб ржано - пшеничный

2шт/100		8,92	9,51	2,39	136
150		5,60	5,10	36,00	212
200/8		0,02	0,001	7,9	32
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	15,29	14,76	53,04	413

Директор

Калькулятор

Зав. производством

