

Меню

на 26 декабря 2022 года

МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд

Выход

Стои-ть

Белки

Жиры

Углев.

Ккал

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

• Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
• Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
• Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
• Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом растит.	75		5,2	10,5	7,8	147

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
• Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
• Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90		22,7	33	1,8	391
• Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/20		11,3	8,4	67	390

ГАРНИРЫ

• Спагетти отварные (маслом раст.)	197		6,72	6,1	43,1	254
• Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
• Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80

НАПИТКИ

• Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	
• Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
• Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный	20/15		2,14	0,3	15,38	79

Итого: 73,00

Директор

Калькулятор

Зав. производством

Итого: 73,00

8(800)234-33-08

Меню

на 27 декабря 2022 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд

Выход

Стоимость

Белки

Жиры

Углев.

Ккал

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

• Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
• Бутерброд с сыром (батон)	25\15		6,2	4,9	15,4	131
• Салат «Мечта» (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
• Салат из отварной свеклы с маслом раст.	100		1,43	6,09	8,36	94

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Рыба(филе)запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
• Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		17,2	15,4	1,10	210
• Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
• Пельмени «Для умников и умниц» отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357

ГАРНИРЫ

• Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
• Макароны изделия отварные	180		6,77	5,4	43,13	248
• Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159

НАПИТКИ

• Чай черный пакетированный с сахаром	200/8		0,05		8,13	
• Компот из плодов сушеных (урюк)	200		0,01	0,0	10,2	41
• Хлеб ржаной-пшеничный / хлеб Калыгултай	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого:

73,00

Директор
Калимултай Ис
Зав. производством

8(800)234-33-88