

Меню

на 23 января 2022 года

МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд

Выход

Стои-ть

Белки

Жиры

Углев.

Ккал

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

• Фрукты 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.	100		5,2	10,5	7,8	147

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Бифштекс по-домашнему	90		13,5	12,22	8,5	195
• Рыба (филе) по-Московски						
• Грудка куриная в томатном соусе	70/20		18	13,8	2	204
• Плов с говядиной	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	40/160		11,9	15	42,76	357

ГАРНИРЫ

• Макароны изделия отварные (маслом раст.)	180		6,77	5,4	43,13	248
• Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80

НАПИТКИ

• Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
• Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,8	0,1	11,9	49

• Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный 1с

20/20

2,52

0,4

18,84

91

Итого:

73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@deta.kzn

Меню

на 24 января 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 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 «Столичный» с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
• Шашлычок из куриных грудок (на пампуре) с соусом переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
• Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231

ГАРНИРЫ

• Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
• Спагетти отварные	180		6,72	6,1	43,1	254
• Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159

НАПИТКИ

• Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
• Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб
пшеничный 1с

Калькулятор

Зав. производством

25/15

Итого:

73,00



8(800)234-33-88



@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

на 25 января 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
• Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
• Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Котлеты «Школьные»	90		11,5	9,9	9,6	172
• Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	75/5		20,4	20,3	2,7	277
• Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10	3,3	171
• Сырники «Классические» со сгущенным молоком	4		33,7	10,3	48,6	428
• Плов с говядиной	шт/140/15 40/160		11,9	15,0	42,76	357

ГАРНИРЫ

• Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
• Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
• Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80

НАПИТКИ

• Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
• Напиток лимонный	200		0,14		24,43	101

- Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный 1с

20/15

2,14

0,3

16,38

Итого: 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

Меню

на 26 января 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
• Салат картофельный с солен. огурцами	100		1,46	5,3	9,83	93
• Салат «Бурячок» (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
• Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
• Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90		22,7	33	1,8	391
• Гречка с фаршем и овощами	230		20,8	17,4	55,2	460
• Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525

ГАРНИРЫ

• Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
• Макароны изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248

НАПИТКИ

• Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
• Напиток из шиповника	200		0,01		10,02	41

• Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный 1с

Зав. производством

Итого:

73,00



8(800)234-33-88



@depta.kzn

Меню

на 27 января 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 сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
• Салат «Витаминный» (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м. растит.)						
• Винегрет овощной	100		1,21	5,2	10,9	96
• Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,22	10,16	7,17	126
	100		1,05	10,1	15,6	158

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5 80/5		17,5 19,6	10,6 26,8	2,7 1,51	175 324,4
• Шашлык из куриных грудок (на шампуре)						
• Котлеты «Аппетитные» мясо-куриные с соусом томатным	90 50/50		16,5	15,0	6,6	225
• Гуляш из говядины			15,2	17,7	2,84	231
• Сырники «Классические» со сгущенным молоком	3шт/105/20		26,3	28,9	44,1	366

ГАРНИРЫ

• Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
• Пюре картофельное	150		3,28	4,7	22,03	146

НАПИТКИ

• Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8					32
• Джем из замороженной вишни	200		0,14	0,0	11,15	46
• Калькулятор						
• Хлеб ржаной-пшеничный / хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79

Итого: 73,00

Меню

на 28 января 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 сыром, маслом (батон)	25/10/5		4,55	7	12,9	134
• Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Цыплята запеченные	120		32	29,4	1,2	398
• Сосиски отварные	2 шт/100		10,4	20,1	0,8	226

ГАРНИРЫ

• Спагетти отварные с маслом	180		6,8	5,4	43,1	248
• Каша гречневая рассыпчатая	180		7,9	6,5	50,2	291

НАПИТКИ

• Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,05		8,13	34
• Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,03	11,6	48

• Хлеб ржано-пшеничный / хлеб
Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

25/20

Итого:

73,00

3,6

0,6

19,1

103