

Меню

на 10 мая 2023 года

МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
-------------------	-------	-----------	-------	------	--------	------

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

• Пюды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
• Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70		5,15	10,5	7,8	147
• Салат «Успех» (огурцы свежие, яйцо, сыр, м/раст.)	80		3,6	8,4	1,20	95
• Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,1	1,14	7

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
• Гуляш из индейки	50/50		14,6	15,3	3,235	209
• Шашлычок из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
• Запеканка картофельная с мясом, маслом	200/5		14,5	20,0	28	364

ГАРНИРЫ

• Картофель запеченный (с паррикой)	180		4,2	9,9	34,1	242
• Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,2	291
• Овощная смесь (Европейская) отварная	120		4,68	4,32	10,56	96

НАПИТКИ

• Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
• Компот из шлодов сушеных (фрук)	200		1	0,1	30,56	128
• Хлеб ржано-пшеничный 430	25/20		2,77	0,5	21,1	102

Итого: 79,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Меню

на 11 мая 2023 года

МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
• Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
• Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие с маслом раст.)	30/30/5		0,54	5,1	1,7	55
• Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178

ВТОРЫЕ БЛЮДА						
• Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	13,7	1,8	212
• Цыпленок запеченный	140		37,4	34,2	1,4	464
• Суп с куриными грудками	50/150		16,4	20,0	40	413
• Буррито с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496

ГАРНИРЫ						
• Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,8	5,4	43,1	248
• Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269

НАПИТКИ						
• Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,05		8,13	34
• Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
• Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный 1с	30/25		3,4	0,5	25,8	125

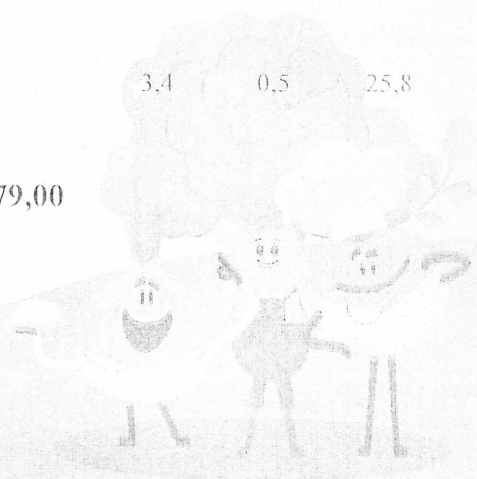
Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Итого: 79,00



на 12 мая 2023 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
-------------------	-------	-----------	-------	------	--------	------

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

• Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
• Овоцы натуральные свежие(помидоры)	70		0,77	0,1	2,7	17
• Салат с фасолью (фасоль консер.,морковь,отв.,огурцы солен., м/раст.)	70		2,2	5,9	6	86
• Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131

ВТОРЫЕ БЛЮДА

• Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,5	13,0	0,4	197
• Шашлычок из куриных грудок (с переменной,на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
• Грудка куриная в томатном соусе	60/40		9,9	10,6	3,6	150
• Жаркое по-домашнему (с говядиной)	30/170		8,7	9,8	24,4	221
• Сырники «Классические» со сгущенным молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366

ГАРНИРЫ

• Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
• Капша гречневая вязкая	180		7,95	6,5	50,2	291

НАПИТКИ

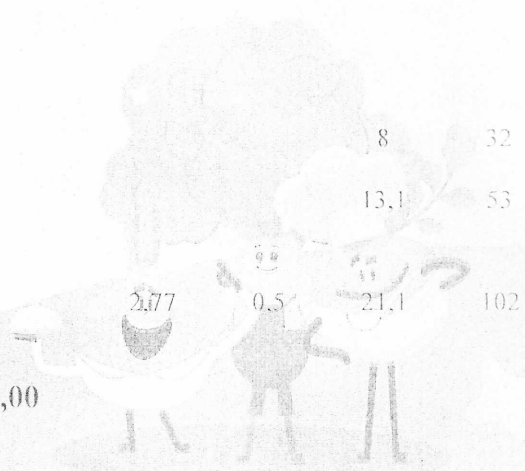
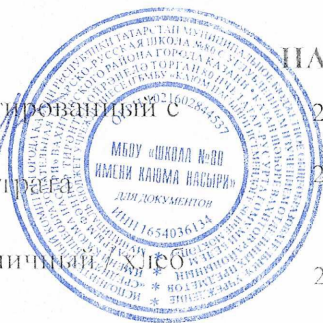
• Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
• Сироп из концентрата	200				13,1	53
• Хлеб вжарено-мучнистый пшеничный 1с	25/20		2,77	0,5	21,1	102

Итого: 79,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством
8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



Меню

на 13 мая 2023 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
• Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
• Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
• Огурцы, помидоры свежие с маслом раст.	50/50/5		0,9	5,1	2,9	62

ВТОРЫЕ БЛЮДА						
• Пельмени «Для Умников и умниц» отварные с соусом переменка	200/30		23,8	32,3	43,1	560
• Соус мясной «Смак»	120		10,1	10,1	5,9	156
• Цыпленок запеченный	140		37,4	34,2	1,4	464

ГАРНИРЫ						
• Макароны изделия отварные (м/слив.)	180		6,8	5,4	43,1	248
• Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269

НАПИТКИ						
• Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
• Напиток апельсиновый	200		0,2	0,0	25,73	105
• Хлеб ржано-пшеничный 1с	30/30		3,32	0,6	25,308	122

Итого: 79,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

