

на 5 сентября 2022 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Горячее бесплатное питание младшие						
• Сыр порциями	10		2,63	2,66		35
• Салат из свежих помидоров (с луком)	60		0,67	3,71	2,77	48
• Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		9,24	7,83	8,46	142
• Рис отварной	150		3,83	5,43	40,01	224
• Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,08	11,94	49
• Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
• Хлеб пшеничный	25		1,9	0,2	12,3	59
Итого:		62,10	19,35	20,11	84,48	601



на 6 сентября 2022 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Горячее бесплатное питание младшие						
• Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
• Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,06	1,14	7
• Рагу из птицы	40/120		12,63	15,18	36,16	332
• Напиток лимонный	200		0,07	0,01	8,13	34
• Печенье сдобное Вкусное	1 шт/15		1,21	3,62	10,25	78
• Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
• Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:		62,10	17,33	19,71	86,28	598



на 7 сентября 2022 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Горячее бесплатное питание младшие						
• Овощи натуральные свежие (помидоры)	60		0,66	0,12	2,28	14
• Блинчики со сгущенным молоком	45/10		2,19	2,52	13,5	85
• Котлеты “Аппетитные” мясо-куриные с соусом томатным	80/10 150		9,1 5,60	11,08 5,06	0,2 35,91	137 212
• Макароны изделия отварные						
• Чай с сахаром	200/8		1,00	0,08	20,56	87
• Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
Итого:		62,10	19,35	19,11	83,70	590



на 8 сентября 2022 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход</i>	<i>Стоимость</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углев.</i>	<i>Ккал</i>
Горячее бесплатное питание младшие						
• Сыр порциями	10		2,63	2,66		35
• Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
• Салат из моркови	60		0,63	6,04	9,34	95
• Плов из птицы	50/150		13,42	11,01	26,01	257
• Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
• Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
• Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:		62,10	19,43	20,53	74,64	568



на 9 сентября 2022 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Горячее бесплатное питание младшие						
• Салат из белокачанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
• Гуляш из индейки	45/45		9,03	8,6	8,20	147
• Пюре картофельное	150		3,28	4,65	22,02	146
• Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
• Печенье сдобное «Американер с кунжутом»	1шт/15		1,21	3,62	10,25	78
• Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
• Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:		62,10	16,99	20,29	72,94	548



на 10 сентября 2022 года
МБОУ «Школа № 80 имени Каюма Насыри»

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Горячее бесплатное питание младшие						
• Сыр порциями	10		2,63	2,66		35
• Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
• Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом "Переменка"	150/10		14,04	16,38	31,81	331
	200/8/5		0,07	0,01	8,13	34
• Чай с сахаром, лимоном						
• Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
• Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:		62,10	19,74	19,89	70,54	547

