

Меню

Меню с 23 по 28 октября

Наименование блюд

Выход Сто-сть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК (23.10.2023)

Макароны отварные (с мас.раст)	140	5,23	4,73	33,51	198
Чай с сахаром, с лимоном	200/8/5	0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
	8,80				

ВТОРНИК (24.10.2023)

Каша пшённая вязкая	140	3,95	4,68	22,62	148
Чай с сахаром	200/8	0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
	8,80				

СРЕДА (25.10.2023)

Каша полбяная вязкая	140	3,40	4,30	18,10	125
Чай с сахаром	200/8	0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
	8,80				

ЧЕТВЕРГ (26.10.2023)

Каша геркулесовая вязкая	150	4,00	5,80	20,00	148
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
	8,80				

ПЯТНИЦА (27.10.2023)

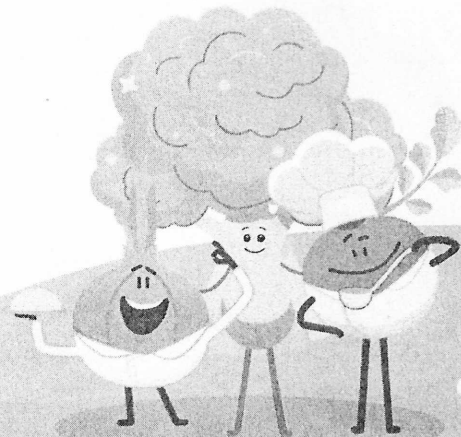
Спагетти отварные (с рас.маслом)	150	5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром, с лимоном	200/8/5	0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
	8,80				

СУББОТА (28.10.2023)

Каша гречневая вязкая	140	3,27	4,33	20,56	134
Чай с сахаром	200/8	0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
	8,80				



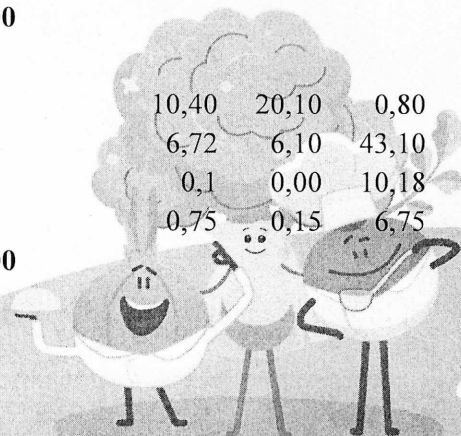
В.Косов
О.Сен.



Меню

Меню с 23 по 27 октября

Наименование блюд	Выход	Сто-сть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК (23.10.2023)						
Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,90	10,60	3,60	150
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,1	0,04	10,71	44
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
		55,00				
ВТОРНИК (24.10.2023)						
Шашлычок из куриных грудок (с переменокой, на шапуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
Капуста тушеная	180		4,24	7,43	18,03	159
Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
		55,00				
СРЕДА (25.09.2023)						
Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5		13,00	20,10	25,00	331
Чай пакетированный с сахаром	200/8		0,02	0,00	7,90	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
		55,00				
ЧЕТВЕРГ (25.09.2023)						
Цыплята запеченные	100		26,70	24,50	1,00	332
Рагу овощное	180		3,36	9,17	20,17	178
Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
		55,00				
ПЯТНИЦА (26.09.2023)						
Котлеты домашние (мясо-картофельные)	90		7,10	5,10	10,09	118
Каша гречневая вязкая	180		4,20	5,60	26,41	173
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
		55,00				
СУББОТА (27.09.2023)						
Сосиски отварные	100		10,40	20,10	0,80	226
Спагетти отварные (масло сливочные)	180		6,72	6,10	43,10	254
Напиток из смородины	200		0,1	0,00	10,18	41
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
		55,00				



В.В.В.
Ф.Ф.Ф.

с 23 по 27 октября 2023 года

Меню

Наименование блюд

Выход Сто-сть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК (23.10.2023)

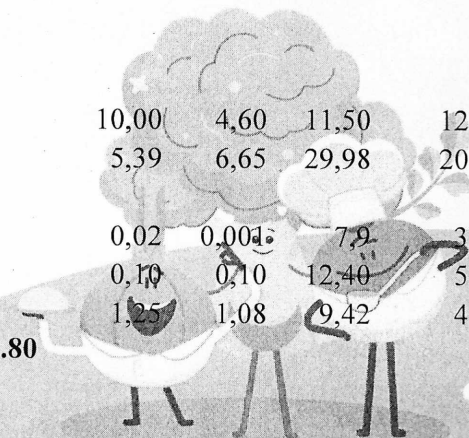
Салат-бар	60		1,62	6,1	12,9	113
Помидоры свежие порциями	20					
Огурцы свежие порциями	20					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
Грудка куриная в томатном соусе	45/45		10,45	6,50	3,27	113
Рис отварной	140		3,57	5,07	37,34	209
Чай пакетированный с сахаром	200/8		0,02	0,00	7,90	32
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,1	0,04	10,71	44
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	10/10	66.80	1,25	1,08	9,42	46

ВТОРНИК (24.10.2023)

Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
Салат-бар	60		5,43	6,65	6,78	108
огурцы свежие порциями	20					
капуста белокачанная	20					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
Жаркое по-домашнему	40/120		8,64	7,50	21,63	189
Чай с сахаром, с лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Напиток из вишни	200		0,12	0,90	30,80	131
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	10/10	66.80	1,25	1,08	9,42	46

СРЕДА (25.10.2023)

Десерт фруктовый(яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат-бар	100		1,30	6,10	6,50	87
свекла отварная	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
Сосиски отварные	2шт/100		10,00	4,60	11,50	127
Макароны отварные с сыром	140		5,39	6,65	29,98	201
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,00	7,90	32
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,1	0,10	12,40	52
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	10/10	66.80	1,25	1,08	9,42	46



Меню

ЧЕТВЕРГ (26.10.2023)

Салат-бар	60	1,95	6,18	12,30	112
Помидоры свежие порциями	20				
морковь свежая порциями	20				
кукуруза консервированная	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
Плов с куриными грудками	40/120	13,14	12,00	34,00	297
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,46	35,94	210
НАПИТКИ					
Сок	180	0,90	0,18	18,20	83
Компот из замороженной вишни	180	0,10	0,03	10,41	43
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	10/10	1,25	1,08	9,42	46
		66.80			

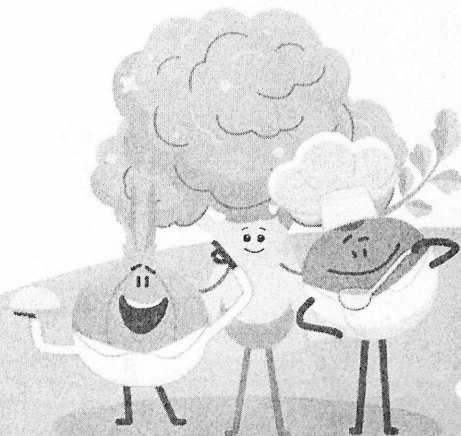
ПЯТНИЦА (27.10.2023)

Салат-бар	60	3,59	6,10	18,00	141
морковь свежая	30				
капуста белокачанная	10				
зеленый горошек консервированная	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
Биточки рыбные из фарша минтая	90	9,80	2,01	10,20	98
Пюре картофельное с маслом сливочным	140/5	3,1	7,97	20,59	169
НАПИТКИ					
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Напиток шиповника	200	0,1	0,00	10,18	41
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	10/10	1,25	1,08	9,42	46
		66.80			

Директор
Калькулятор
Зав. производством



В. Шаман
О. Феев



Меню

на 23 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
сухариками(фасоль,кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	100		5,89	12,00	8,92	168
Горячий бутерброд с сыром, (батон в/с)	35/10/6		7,51	6,19	15,42	149
Салат-бар	100		2,00	6,20	8,10	97
помидоры свежие	40					
огурцы свежие	40					
фасоль консервированные	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Люля-кебаб из говядины	100		14,50	16,57	4,17	224
Гуляш из говядины	50/50		15,20	17,67	2,85	231
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332
Рыба (филе)запеченная с сыром	90/10		23,4	14,5	3,2	237
Сосиски отварные	100		10,40	20,10	0,80	226
Блинчики п/ф со сгущенком	4шт./180/20		11,30	8,40	66,90	390
Рыба (филе)запеченная с сыром	90/10		23,4	14,5	3,2	237
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,20	5,60	26,41	173
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269
Капуста тушеная	180		4,24	7,43	18,03	159
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,80	5,40	43,10	248
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8,00	32
Напиток яблочный	200				13,10	53
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91

79,00

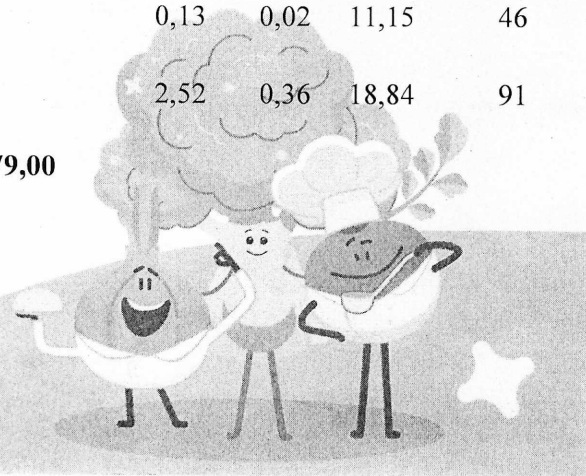
Директор

Калькулятор

Зав. производством



33-88



Меню

на 24 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
Салат "Итальянские каникулы" (фасоль к/с, помидоры св., огурцы соленые, м/растит.)	90		2,34	7,58	6,03	104
Салат Хрустящий (Пекинская, огурцы свеж, сыр, соус переменка, сухарики)	100		7,2	15,10	10,20	206,00
Бутерброд с сыром, маслом(батон)	35/10/5		5,00	7,20	15,50	147
Салат-бар	100		2,00	6,2	8,5	99
огурцы свежие	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Биточки из говядины паровые	80		12,10	12,30	7,10	187
Гуляш из говядины	50/50		15,20	17,67	2,85	231
Грудка куриная (филе) запеченная с сыром, томатом	70/5		19,00	18,10	0,30	241
Шашлычок из куриных грудок (с переменокой, на шапуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
Плов с говядиной	40/160		11,90	15,00	42,80	357
ГАРНИРЫ						
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,80	5,40	43,10	248,00
Картофель запеченный	180		4,21	9,9	34,1	242
НАПИТКИ						
Напиток лимонный	200		0,14	0,02	14,45	61,00
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34,00
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15		2,14	0,3	16,38	79

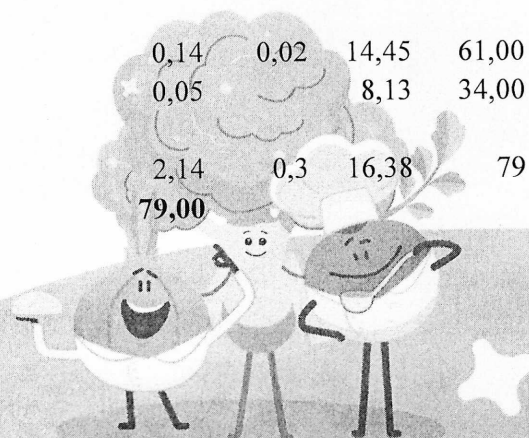
Директор

Калькулятор

Зав. производством



В. В. В. В. В.
А. А. А. А. А.



Меню

на 25 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

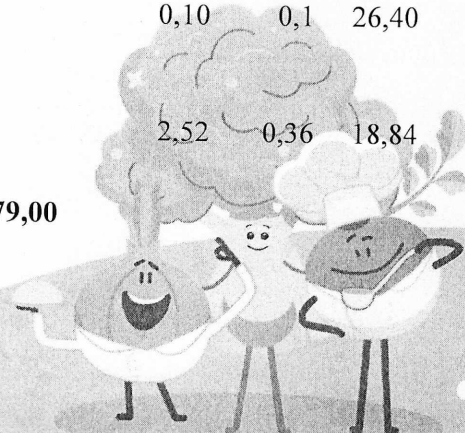
Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
Салат-бар	100		2,00	6,20	8,10	97
помидоры свежие	40					
капуста свежая	40					
горошек консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
Салат Фрунчоза (лапша рисовая, огурцы свеж., кукуруза к/с, масло/раст)	60		0,988	3,13	8,4	69
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты аппетитные мясо куриные	100		20,80	24,10	4,45	312,00
Гуляш из филе грудок индейки	50/50		10,04	12,60	2,00	231,00
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332,00
Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным	3шт/105/35		28,40	9,80	45,30	540
Грудка куриная (филе) по французски с соусом	180		14,90	13,20	20,53	264,00
Бешамель						
Буритос с курицей и сыром	170		20,40	33,30	27,96	496,00
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00
НАПИТКИ						
Чай пакетированный с сахаром	200/8		0,00		8,00	32,00
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Кисель	200		0,10	0,1	26,40	108
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Директор
Калькулятор
Зав. производством



В.В.В.В.
О.В.В.В.

79,00



Меню

на 26 октября 2023 года

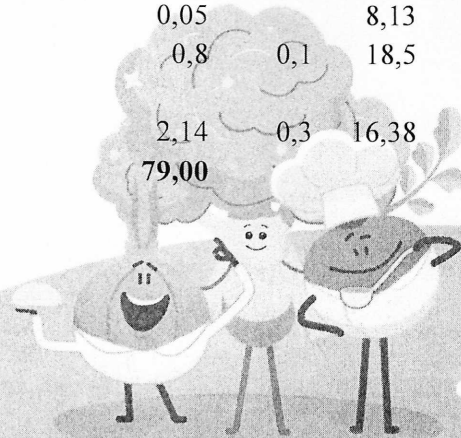
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
Салат Успех(огурцы свежие, яйцо, сыр, соус переменка)	90		4,1	6,8	1,6	84
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками(фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо,	90		6,60	13,50	10,00	189
Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5		6,5	11,3	1,1	132
Ассорти овощное (помидоры, огурцы свеж. перец слад, раст.масло)	15/15/10/3		0,40	3,05	1,35	35
Салат-бар	100		2,00	6,20	8,52	99,00
морковь свежая	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты рубленые из говядины	80		12,80	15,20	11,60	228
Гуляш из говядины	50/50		15,20	17,67	2,85	231,00
Рыба (филе)запеченная с сыром	90/10		23,4	14,5	3,2	237
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332,00
Жаркое из птицы	50/150		16,20	15,80	22,00	296
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,20	5,60	26,41	173
Пюре картофельное	180		39,93	5,58	26,43	175,00
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15		2,14	0,3	16,38	79
		79,00				

Директор

Калькулятор

Зав. производством



Меню

на 27 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
-------------------	-------	-----------	-------	------	--------	------

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,80	47
Салат Прага(грудки курин., морковь, огурцы свеж., яйцо, соус переменка)	100		6,45	8,94	2,2	115
Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом раст.	100		0,94	6,15	3,47	74
Салат-бар	100		1,30	6,10	6,50	87
свекла отварная	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный	10					
консервированный						
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Говядина тушеная	50/50		15,90	18,30	2,55	238
Рыба филе по Московски	85/20		21,40	14,90	1,90	227
Котлеты куриные (из грудок)	100		13,41	14,51	7,12	210
Плов с куриными грудками	50/150		16,40	20,00	40,00	413,00
Кыстыбый с картофелем(лаваш) с маслом сливочным	170/5		6,50	12,00	42,10	306

ГАРНИРЫ

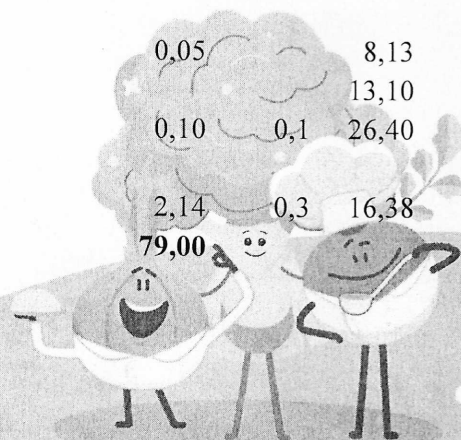
Капуста тушеная	180		4,24	7,43	18,03	159,00
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180		6,8	5,4	43,1	248
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток яблочный	200				13,10	53
Кисель	200		0,10	0,1	26,40	108

Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15		2,14	0,3	16,38	79
-------------------------------------	-------	--	------	-----	-------	----

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Меню

на 28 октября 2023 года
МБОУ "Школа №80 имени Каюма Насыри"

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Салат Каприз(помидоры свеж.кукуруза к/с, сыр, сухарики, м/рас)	90		2,43	10,80	5,13	130
Плоды свежие	100		0.4	0.4	9,80	47
Горячий бутерброд с сыром(батон в/с)	30/20		7,51	6,19	15,42	149
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Сосиски отварные с соусом Переменка	2шт/100/20		10,50	31,10	1,60	329
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332
ГАРНИРЫ						
Спагетти отварные (масло сливочные)	180		6,72	6,10	43,10	254
Рис отварной	180		4,60	6,52	48,01	269,00
НАПИТКИ						
Чай пакетированный с сахаром	200/8		0,02	0,00	7,90	32
Напиток шиповника	200		0,1	0,00	10,18	41,00
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
		79,00				

Директор
Калькулятор
Зав. производством



В. Шамшиев
О. Р.

