

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 137 С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ
ПРЕДМЕТОВ» КИРОВСКОГО РАЙОНА Г.КАЗАНИ

16 сентября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	24
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м.растит)	100	1,55	5,1	9,41	91
Яйцо под соусом Переменка	48/10	6,4	11,3	0,8	130
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	80/10	13,9	17,9	1,40	221
Говядина со стручковой фасолью	40/50	15,6	21,6	4	274
Гарниры					
Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Хлеб сельский/белый	25/20	2,77	0,4	21,1	102
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,10	35,90	212
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	10		0,5	0,1	4,5	22
Итого:		8,30	6,12	5,21	48,39	266

Директор




Э.М.Иванова

