

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

29 сентября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Салат «Каприз» (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, м.раст.)	80	2,2	9,6	4,5	115
Овощи свежие (Огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11
Салат «Витаминный» (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит)	100	1,21	5,2	10,9	96
Вторые блюда					
Рыба (филе) запеченная с овощами	75/25	15,8	9,9	2,61	163
Гуляш из куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,235	209
Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	27,956	496
Гарниры					
Картофель тушеный	180	3,9	12,7	29,4	249
Напитки					
Компот из плодов сушеный (урюк)	200	1	0,1	30,56	128
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	25/20	2,77	0,4	21,1	102
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Пюре из бобовых (горох) с маслом	110/2		12,9	2,4	27,0	181
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8.30	13,67	2,51	41,74	246

Директор




Э.М.Иванова