

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

5 октября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит)	40/40/5	0,9	5,15	2,85	62
Вторые блюда					
Гуляш из индейки	50/50	14,6	15,3	3,235	205
Рыба запеченная филе	80	18,5	10,6	3,5	182
Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,76	357
Гарниры					
Картофель запеченный (с паприкой)	150	3,5	8,2	28,4	202
Напитки					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

ЗАВТРАК

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/5	6,23	8,48	15,46	164
Каша вязкая молочная из манной крупы с маслом слив	150/5	5,72	5,06	31,64	202
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32
Итого:	30,00	11,97	13,55	55,09	398

Каша гречневая вязкая	100	2,3	3,1	14,7	96
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	2,82	3,21	27,19	150

Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	250/11	2,9	3,0	20,9	123
Пицца с сыром	85	13,60	11,40	24	252
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	17,27	14,55	59	440

ЧЕТВЕРГ

Директор




Э.М.Иванова