

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

7 октября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белк и	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Овощи натуральные свежие (помидоры)	75	0,83	0,2	2,85	18
Салат «Витаминный» (капуста б/коч., морковь,яблоки, сахар, м/растит.)	100	1,21	5,2	10,9	96
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)	90	17,2	15,4	1,10	210
Азу с говядиной	50/150	17,2	21,0	19	334
Гарниры					
Каша гречневая вязка	180	4,2	5,6	26,41	173
Напитки					
Чай черный 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				

Каша пшённая вязкая	140		3,94	4,70	22,60	148
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	4,46	4,81	35,09	202

Масло сливочное порциями	10	0,08	7,25	0,13	66
Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32
Батон	28	2,10	0,81	14,39	73
Итого:	30,00	11,19	16,28	54,63	410

Суп картофельный с фрикадельками из птицы	250/22	6,2	6,1	20	161
Маффин Шоколадный	50	3,2	10,4	29,8	211
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	10,17	16,65	64,5	437

Директор школы

Э.М.Иванова