

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

19 октября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Винегрет овощной	100	1,22	10,16	7,17	126
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
Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20	16,6	20,7	4,3	266
Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,76	357
Гарниры					
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
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				

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

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

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 школы




Э.М.Иванова

