

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

20 октября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Овощи натуральные свежие (огурцы)	75	0,53	0,1	1,43	8
Салат «Прага» (грудки курин., морковь отвар., огурцы солен., м/раст.)	100	6,5	12	1,80	142
Вторые блюда					
Чахохбили из куриных грудок	60/50	12,6	16,6	7	229
Гречка с фаршем и овощами	200	18,1	15,1	48	400
Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,6	525
Гарниры					
Спагетти отварные (с маслом слив)	180	6,77	5,4	43,14	248
Напитки					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	25/20	2,77	0,4	21,1	102
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Каша полбяная вязкая	140		3,4	4,3	18,1	125
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	3,92	4,41	30,6	179

Запеканка рисовая с творогом, сгущенным молоком	100/10		15,98	7,85	20,46	219
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Итого:		30,00	16,04	7,86	28,60	253

15 Ши из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/10		5,6	9,7	9,8	149
118 Корж Яблочный	65		3,30	5,90	34	251
221 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		48,00	9,66	15,75	60,55	474

Директор школы




Э.М.Иванова