

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

28 октября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из свежих помидор (без лука)	100	1,05	6,2	3,6	77
Вторые блюда					
Говядина со стручковой фасолью	40/50	15,6	21,6	4	274
Пельмени «Для умников и умниц» отварные с маслом	180/5	21,4	22,5	38,3	442
Гарниры					
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Напитки					
Чай черный 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				

Спагетти отварные (с мас.растит.)	140		5,23	4,76	33,51	198
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	5,75	4,87	46,00	252

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

Горячий завтрак (старшие)						
Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10		4,3	8,4	17,5	163
Кекс Волжский	50		3	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	8,07	18,95	62,0	439

Директор школы




Э.М.Иванова