

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

14 ноября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ		
Холодные закуски							
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56		
Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88		
Салат из моркови (морковь, сахвр, масло растит)	100	1,05	10,1	15,6	158		
Вторые блюда							
Рыба (филе) по-Московски	70/20	18	13,8	2	204		
Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391		
Лазанья с мясом	160	17,7	24,1	25,9	410		
Гарниры							
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173		
Напитки							
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14		11,2	46		
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15	2,14	0,3	15,38	79		
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		20		1	0,2	9	44
Итого:			8,30	6,25	4,97	50,5	274

ЗАВТРАК

Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	2 шт/90/25	6,75	5,47	41,77	244
Чай с сахаром, лимоном	200/8/7	0,08	0,01	8,19	34
Итого:	30,00	6,83	5,48	49,96	278

Горячий завтрак (старшие)

Суп гороховый с гречками, с фрикадельками из птицы	250/10/3шт	17,38	12,1	29,19	296
Перемяч с мясом печёный	50	6,3	10,10	16,4	183
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	24,45	22,35	60,2	544

Директор школы




Э.М.Иванова