

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

18 ноября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат «Столичный» с соусом Переменка	80	5,3	12,9	5,4	159
Вторые блюда					
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/05	17,5	10,6	2,7	175
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90	17,2	15,4	1,10	210
Сырники «Классические» со сгущенным молоком	3шт/105/20	28,7	8,6	33,6	331
Гарниры					
Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,46	175
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	5/15	1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Каша пшѐнная вязкая	140		3,94	4,70	22,60	148
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	4,96	4,91	39,59	224

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, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,14	34
Батон	20	1,50	0,58	10,28	52
Итого:	30,00	10,63	16,05	50,67	391

Горячий завтрак (старшие)						
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