

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

29 ноября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат «Мечта» (капуста белокочан., кукуруза, з/горошек. масло растит)	100	2,08	15,24	6	170
Вторые блюда					
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90	17,2	15,4	1,10	210
Грудки куриные по-французски	180	17	29,0	16,9	397
Гарниры					
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,4	43,13	248
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Каша Геркулесовая вязкая	150		4	5,8	20	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	5.02	6.01	36.99	224

**ВТОРНИК
ЗАВТРАК**

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/8	4,94	9,33	15,48	166
Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом	150/5	5,83	5,26	38,48	232
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32
Итого:	30,00	10,79	14,60	61,95	430

Борщ с капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/5	5,6	9,1	12,7	156
Маффин Лимонный	50	3,2	10,4	29,8	211
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	9,56	19,65	59,5	441

Директор школы




Э.М.Иванова