

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

09 декабря 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Винегрет овощной	100	1,22	10,16	7,17	126
Вторые блюда					
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре), соусом Переменка	90/10	22	30,1	1,70	365
Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
Гарниры					
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,30	6,37	5,23	50,64	277

ЗАВТРАК

Масло сливочное порциями	10	0,08	7,25	0,13	66
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5	4,6	5,08	32,55	201
Чай с молоком	200/8	1,52	0,755	10,39	59
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:	30,00	8,45	13,96	58,49	405

Горячий завтрак (старшие)

Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	4,3	8,4	17,5	163
Маффин Лимонный	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	8,27	18,95	62,0	439

Директор школы




Э.М.Иванова