

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

15 декабря 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Салат «Прага» (грудки курин., морковь отвар., огурцы солен., м/раст)	80	5,2	9,5	1,50	113
Салат картофельный с огурцами, зеленым горошком	100/5	1,46	5,3	9,83	93
Вторые блюда					
Рыба (филе) по-Московски	70/20	18	13,8	2	204
Цыплята запеченные	110	29,4	26,9	1,1	365
Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,6	525
Гарниры					
Спагетти отварные (с маслом слив)	180	6,77	5,4	43,14	248
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8/13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/20	2,52	0,4	18,84	91
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Каша полбяная вязкая	140		3,4	4,3	18,1	125
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	4,42	4,51	35,1	201

ЗАВТРАК

Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/15	17,41	5,8	28,5	239
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32
Итого:	30,00	17,43	5,81	36,46	271
Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/5	5,6	9,7	9,8	149
Кекс Волжский	50	3	10,4	29,8	211
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	9,47	20,28	57,95	441

Директор школы




Э.М.Иванова