

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

19 декабря 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88
Салат из моркови (морковь, сахар, масло раст.)	100	1,05	10,1	15,6	158
Вторые блюда					
Гуляш из филе грудок индейки	40/40	8	10,0	1,7	130
Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,76	357
Гарниры					
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,3		
ИТОГО	Стоимость – 73,00			14,13	68

КОМПЛЕКС 1						
Макароны 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

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

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с горохом,с фрикадельками из птицы	250/3шт	12,48	10,4	20	223
Вак - балиш с мясом и рисом	90	9,4	12,50	29,5	270
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	22.67	23.05	64.2	558

Директор школы




Э.М.Иванова