

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

23 января 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ		
Холодные закуски							
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56		
Салат из моркови (Морковь, сахар, масло растит)	100	1,05	10,1	15,6	158		
Вторые блюда							
Грудка куриная в томатном соусе	50/50	9,9	10,6	3,6	150		
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	20/20	2,52	0,4	18,84	91		
ИТОГО	Стоимость – 73,00						
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:			8,80	6,37	5,23	50,64	277

КОМПЛЕКС № 1

Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/10	17,04	5,37	25,7	222
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,14	34
Итого:	30,00	17,10	5,38	33,83	256

Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11	12,5	7,9	28,8	236
Элеш с птицей	100	6,0	4,90	40,0	229
Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,1	30,6	128
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	20,50	13,03	108,4	637

Директор школы




Э.М.Иванова