

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

27 января 2023 год

| Наименование блюд                                                    | Выход                    | белки | жиры | Углев. | ККАЛ  |
|----------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------|------|--------|-------|
| <b>Холодные закуски</b>                                              |                          |       |      |        |       |
| Яблоки                                                               | 120                      | 0,48  | 0,48 | 11,76  | 56    |
| Салат «Витаминный» (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/раст.) | 100                      | 1,21  | 5,2  | 10,9   | 96    |
| <b>Вторые блюда</b>                                                  |                          |       |      |        |       |
| Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка           | 80/5                     | 19,6  | 26,8 | 1,51   | 324,4 |
| Гуляш из говядины                                                    | 50/50                    | 15,2  | 17,7 | 2,84   | 231   |
| <b>Гарниры</b>                                                       |                          |       |      |        |       |
| Рис отварной                                                         | 180                      | 4,6   | 6,5  | 48     | 269   |
| <b>Напитки</b>                                                       |                          |       |      |        |       |
| Чай черный пакетированный с сахаром                                  | 200/8                    |       |      | 8      | 32    |
| Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный                                  | 20/15                    | 2,14  | 0,3  | 16,38  | 79    |
| <b>ИТОГО</b>                                                         | <b>Стоимость – 73,00</b> |       |      |        |       |

**КОМПЛЕКС 1**

|                                   |       |             |             |              |            |
|-----------------------------------|-------|-------------|-------------|--------------|------------|
| 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         |
| <b>Итого:</b>                     |       | <b>8,80</b> | <b>6,37</b> | <b>50,64</b> | <b>277</b> |

|                                                |       |      |       |       |     |
|------------------------------------------------|-------|------|-------|-------|-----|
| 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 |

|                                                               |           |      |       |      |     |
|---------------------------------------------------------------|-----------|------|-------|------|-----|
| Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной | 250/11/10 | 4,3  | 8,4   | 17,5 | 163 |
| Маффин Классический                                           | 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