

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

30 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
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.)	70	4,85	9,8	7,28	137
Вторые блюда					
Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391
Лазанья с мясом	180	21,6	35,3	29,6	525
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	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	50,6	277

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/8	4,94	9,33	15,48	166
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	181
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32
Итого:	30,00	10,87	14,90	48,52	379

Суп гороховый с гренками	250/10	10,8	6,5	28,5	216
Эч-почмак с мясом	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	18,80	11,68	108,1	617

Директор школы




Э.М.Иванова