

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

03 февраля 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
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
Вторые блюда					
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
Гарниры					
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15	2,14	0,3	16,38	79
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

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
Итого:		8,80	6,37	5,23	50,64	277

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