

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

7 февраля 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ		
Холодные закуски							
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47		
Салат «Мечта» (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит)	100	2,08	15,24	6	170		
Салат «Столичный» с соусом Переменка	80	5,3	12,9	5,4	159		
Вторые блюда							
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом ПЕременка	80/5	19,6	26,8	1,51	324		
Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231		
Гарниры							
Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,46	175		
Напитки							
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34		
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/20	2,52	0,4	18,84	91		
ИТОГО	Стоимость – 73,00						
Каша пшённая вязкая		150		4,23	5,01	24,24	159
Чай с сахаром		200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный		20		1	0,2	9	44
Итого:			8,80	5,25	5,22	41,23	235

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/5	4,54	7,01	12,89	134
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,35	6,8	28,53	208
Чай с молоком	200/8	1,52	0,755	10,39	59
Итого:	30,00	12,41	14,57	51,81	401

Борщ с капустой, картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	3,8	8,1	12,9	133
Маффин Шоколадный	50	3,2	10,4	29,8	211
Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	7,87	18,68	61,1	425

Директор школы




Э.М.Иванова