

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

13 февраля 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 растит)	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	200	22,9	30,0	38,7	519
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	25/15	2,14	0,3	16,38	79
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром,лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,80	6,41	5,23	50,8	280

Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	181
Чай с молоком	200/8		1,52	0,755	10,39	59
Батон	23		1,72	0,66	11,82	60
Итого:		30,00	13,09	10,97	47,26	353

Суп гороховый с гренками, мясными фрикадельками	250/10/11		10,8	6,5	28,5	216
Сосиски в тесте	100		10,70	15,40	32	310
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	23,50	22,18	99,7	698

Директор школы




Э.М.Иванова