

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

28 февраля 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат «Столичный»с соусом	80	5,3	12,9	5,4	159
Переменка					
Яйцо под соусом Переменка с з/горошком	48/10/5	6,5	11,3	1,1	132
Вторые блюда					
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5	17,5	10,6	2,7	175
Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
Грудки куриные по французски	200	18,9	32,2	18,778	441
Гарниры					
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,13	248
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				

Каша Геркулесовая вязкая	150		4	5,8	20	148
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	4,81	5,96	34,90	216

Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	2 шт/90/25	6,75	5,47	41,77	244
Компот из замороженной компотной смеси	180	0,12	0,02	10,03	41
Итого:	30,00	6,87	5,49	51,80	285

Борщ с капустой,картофелем,с мясными фрикадельками , со сметаной	250/11/5	3,8	8,1	12,9	133
Маффин Классический	50	3,2	10,4	29,8	211
Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	8,12	18,73	63,3	436

Директор школы




Э.М.Иванова