

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

7 марта 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из отварной свеклы с маслом растит	100	1,43	6,09	8,36	94
Вторые блюда					
Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226
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	20/15	2,14	0,3	16,38	79
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

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Салат из квашенной капусты (без лука)	60	0,98	3,05	4,63	51	
Жаркое из птицы (грудки куриные)	40/150	13,52	13,68	21,91	265	
Чай без сахара	180	0,01	0,005	0,005		
Печенье весовое	2 шт/30	2,07	2,14	22,23	117	
Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,25	55	
Итого:	585	62,10	18,23	19,53	69,83	535

Директор школы




Э.М.Иванова