

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

10 марта 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Икра кабачковая	50	1	4,5	3,9	60
Винегрет овощной (без лука)	100	1,22	10,16	7,17	126
Вторые блюда					
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226
Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
Сырники классические со сгущенным молоком	3шт/105/10	26,3	28,9	44,1	266
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	15/15	1,89	0,3	14,13	68
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	50,80	280

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/5	4,92	7,15	15,46	147
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5	4,6	5,08	32,55	201
Напиток яблочный	180	0,10	0,10	26,40	108
Итого:	30,00	9,62	12,33	74,41	456

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	439

Директор школы




Э.М.Иванова