

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

15 марта 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56
Винегрет овощной (без лука)	100	1,22	10,16	7,17	126
Зеленый гороше (порционно)	30	0,93	0,1	1,95	12
Вторые блюда					
Гуляш из филе грудок индейки	40/40	8	10,0	1,7	130
Рыба запеченная (филе)	75	17,3	10,0	3,3	171
Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5	13	20,0	25	331
Гарниры					
Картофель запеченный (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242
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 гречневая вязкая	140		3,27	4,33	20,56	134
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,80	4,04	4,49	35,30	199

Бутерброд с маслом (батон)	40/15		3,12	12,03	20,68	204
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
Напиток яблочный	180		0,09	0,09	11,18	46
Итого:		30,00	9,81	18,10	64,92	470

Суп-картофельный с вермишелью	250		4,7	4,5	20,9	122
Эч-почмак с мясом	100		6,0	4,90	40,0	229
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	11,47	9,55	76	416

Директор школы




Э.М.Иванова