

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

16 марта 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ		
Холодные закуски							
Яблоки	100	0,4	0,4	9.8	47		
Салат «Прага» (грудки курин., морковь отвар., огурцы солен., м/раст)	80	5,2	9,5	1,50	113		
Вторые блюда							
Рыба (филе) по-Московски	70/20	18	13,8	2	204		
Цыплята запеченные	100	24,5	22,4	0,9167	304		
Плов с куриными грудками	50/150	13,4	21,5	40	412		
Гарниры							
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269		
Напитки							
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34		
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	25/20	2,77	0,5	21,05	102		
ИТОГО	Стоимость – 73,00						
Каша полбяная вязкая		150		3,64	4,61	19,4	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	4,4129	4,77	34,1	199

- Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/10	17,04	5,37	25,7	222
- Компот из замороженной компотной смеси	180	0,12	0,02	10,03	41
Итого:	30,00	17,16	5,39	35,72	263
Щи из свеж.капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	3,8	8,2	9,5	120
Кекс Волжский	50	3	10,4	29,8	211
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	7,81	18,80	58,50	416

Директор школы




Э.М.Иванова