

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

20 марта 2023 год

| Наименование блюд                                              | Выход                    | белки | жиры | Углев. | ККАЛ |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------|-------|------|--------|------|
| <b>Холодные закуски</b>                                        |                          |       |      |        |      |
| Яблоки                                                         | 120                      | 0,48  | 0,48 | 11,76  | 56   |
| Салат из квашеной капусты (без лука)                           | 100                      | 1,05  | 10,1 | 15,6   | 158  |
| Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом растит) | 70                       | 4,85  | 9,8  | 7,28   | 137  |
| <b>Вторые блюда</b>                                            |                          |       |      |        |      |
| Рыба (филе) по-Московски                                       | 70/20                    | 18    | 13,8 | 2      | 204  |
| Грудки куриные запеченные с сыром, томатом                     | 75/5                     | 19    | 18,1 | 0,3    | 241  |
| Лазанья с мясом                                                | 200                      | 22,9  | 30,0 | 38,7   | 519  |
|                                                                |                          |       |      |        |      |
| <b>Гарниры</b>                                                 |                          |       |      |        |      |
| Каша гречневая вязкая                                          | 180                      | 4,2   | 5,6  | 26,41  | 173  |
| <b>Напитки</b>                                                 |                          |       |      |        |      |
| Чай черный пакетированный с сахаром                            | 200/8                    |       |      | 8      | 32   |
|                                                                |                          |       |      |        |      |
| Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный                            | 20/15                    | 2,14  | 0,3  | 16,38  | 79   |
| <b>ИТОГО</b>                                                   | <b>Стоимость – 73,00</b> |       |      |        |      |

|                                   |         |             |             |             |              |            |
|-----------------------------------|---------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|
| Макароны 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         |
| <b>Итого:</b>                     |         | <b>8,80</b> | <b>6,41</b> | <b>5,23</b> | <b>50,80</b> | <b>280</b> |

|                                             |            |              |              |             |              |            |
|---------------------------------------------|------------|--------------|--------------|-------------|--------------|------------|
| 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         |
| <b>Итого:</b>                               |            | <b>30,00</b> | <b>17,16</b> | <b>5,39</b> | <b>35,72</b> | <b>263</b> |

|                                                     |        |              |              |              |             |            |
|-----------------------------------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| Суп картофельный с горохом,с фрикадельками из птицы | 250/11 |              | 7,7          | 7,1          | 19,4        | 173        |
| Пицца с сыром                                       | 85     |              | 13,60        | 11,40        | 24          | 252        |
| Кисель из концентрата                               | 200    |              |              |              | 13,1        | 53         |
| Хлеб ржано - пшеничный                              | 20     |              | 1            | 0,2          | 9,0         | 44         |
| <b>Итого:</b>                                       |        | <b>48,00</b> | <b>22,30</b> | <b>18,70</b> | <b>65,2</b> | <b>522</b> |

Директор школы




Э.М.Иванова