

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

22 марта 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из квашеной капусты (без лука)	100	1,6	5,1	8,24	88
Винегрет овощной (без лука)	100	1,22	10,16	7,17	126
Вторые блюда					
Котлеты «Школьные»	90	11,5	9,9	9,6	172
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5	19,1	19,1	2,5	260
Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,76	357
Гарниры					
Картофель запеченный (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8/5	0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68
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	4,41	4,77	34,13	199

Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66
Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром	180/7	0,01		7,19	29
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78
Итого:	30,00	11,33	16,33	54,86	412

Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	250/11	4,7	4,5	20,9	144
Элеш с птицей	100	6,0	4,90	40,0	229
Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,1	30,6	128
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	12,70	9,68	100,5	545

Директор школы




Э.М.Иванова