

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

4 апреля 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Огурцы свежие	60	0,42	0,1	1,14	7
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками маслом растит	60	4,4	9,0	6,6	126
Вторые блюда					
Рыба (филе) по-Московски	60/20	15,8	13,6	1,8	193
Грудка куриная в томатном соусе	50/50	9,9	10,6	3,6	150
Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,76	357
Гарниры					
Макаронные изделия отварные е (с м/раст)	180	6,77	5,4	43,13	248
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	35
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
КОМПЛЕКС 1						
Макаронны 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

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
КОМПЛЕКС № 1						
Блинчики (п/ф) со спущенным молоком	3шт/135/20		8,86	6,72	52,95	309
Чай с сахаром	180/7		0,01		7,19	29
Итого:		35,00	8,87	6,72	60,14	338

ПОНЕДЕЛЬНИК

Комплекс № 2

Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Суп картофельный с горохом	250		5,87	5,5	19,28	151
Пицца с сыром	85		13,60	11,40	24	252
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Хлеб пшеничный (белый)	30		2,28	0,24	14,8	71
Итого:		55,00	22,28	17,60	78,7	567

Директор школы




Э.М.Иванова