

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

6 апреля 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие с маслом раст.)	30/30/5	0,54	5,1	1,7	55
Салат из фасоли, кукурузы с сыром сухариками с маслом растит	70	5,15	10,5	7,8	147
Вторые блюда					
Рыба запеченная с овощами	65/25	11,7	5,0	2,6	102
Гуляш из куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,235	209
Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391
Гарниры					
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Картофель тушеный	180	3,9	12,7	29,4	249
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
ИТОГО		Стоимость – 73,00			

Каша Геркулесовая вязкая	150		4	5,8	20	148
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,80	5,06	6,01	37,15	227

Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	181
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	12,24	17,68	47,94	410
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/5	1,95	5,9	9,12	99
Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,1	0,04	10,71	44
Хлеб ржано - пшеничный	32	1,6	0,32	14,4	70
Итого:	55,00	7,25	17,10	74	481

Директор школы




Э.М.Иванова