

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

7 апреля 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,42	0,1	1,14	7
Салат «Столичный» с соусом Переменка	80	5,3	12,9	5,4	159
Вторые блюда					
Шашлык из куриных грудок (с переменной на шампуре)	80	13,8	14,0	1,00	184
Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
Гарниры					
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Пюре картофельное	150	3,28	4,7	22,03	146
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Спагетти 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

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/10/6		5,3	8,02	18,04	166
Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом	150/5		5,84	5,26	38,48	232
Чай с сахаром	180/7		0,01		7,19	29
Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Итого:	35,00	11,93	19,40	76,21	535	
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		2,54	6,9	17,28	142
Тирожное песочное нарезное	50		3,4	13,9	33,5	253
Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,0	11,57	48
Хлеб ржано - пшеничный	32		1,6	0,32	14,4	70
Итого:	55,00	8,06	21,53	86,6	560	

Директор школы




Э.М.Иванова