

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

13 апреля 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат «Прага» (грудки курин., морковь отвар., огурцы солен, м/раст)	80	5,2	9,5	1,50	113
Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие с маслом растит)	30/30/5	0,54	5,1	1,7	55
Вторые блюда					
Рыба (филе) по-Московски	80/20	20,2	13,7	1,8	212
Цыпленка запеченные	130	35	310,8	1,3	431
Гарниры					
Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14		11,2	46
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15	2,14	0,3	16,38	79
ИТОГО	Стоимость – 79,00				

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	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,80	4,6629	4,82	36,4	210
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,13	66
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		6,35	6,8	28,53	208
Чай с сахаром	180/7		0,01		7,19	29
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	9,09	15,32	61,07	429	
Плоды свежие	100		0,4	0,40	9,8	47
Ци из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/5		1,95	5,9	9,12	99
Бекс 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	30		1,5	0,3	13,5	66
Итого:	55,00	7,15	17,08	72,93	477	

Директор школы




Э.М.Иванова