

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

18 апреля 2023 год

| Наименование блюд                                     | Выход                    | белки | жиры | Углев. | ККАЛ |
|-------------------------------------------------------|--------------------------|-------|------|--------|------|
| <b>Холодные закуски</b>                               |                          |       |      |        |      |
| Плоды свежие                                          | 100                      | 0,4   | 0,4  | 9,8    | 47   |
| Помидоры свежие                                       | 60                       | 0,42  | 0,1  | 1,14   | 7    |
| Салат Столичный с соусом                              | 80                       | 5,3   | 12,9 | 5,4    | 159  |
| Переменка                                             |                          |       |      |        |      |
| <b>Вторые блюда</b>                                   |                          |       |      |        |      |
| Ежики мясные с рисом в томатном соусе                 | 60/40                    | 9,57  | 10,4 | 9,53   | 169  |
| Шашлычок из куриных грудок (с переменной, на шампуре) | 80                       | 13,8  | 14,0 | 1,0    | 184  |
| Жаркое из птицы (грудки куриные)                      | 50/150                   | 16,1  | 16   | 21,5   | 295  |
| <b>Гарниры</b>                                        |                          |       |      |        |      |
| Пюре картофельное                                     | 180                      | 3,94  | 5,6  | 26,46  | 175  |
| <b>Напитки</b>                                        |                          |       |      |        |      |
| Компот из замороженной смеси                          | 200                      | 0,14  |      | 11,15  | 46   |
|                                                       |                          |       |      |        |      |
| Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный                   | 15/15                    | 1,89  | 0,3  | 14,13  | 68   |
| <b>ИТОГО</b>                                          | <b>Стоимость – 73,00</b> |       |      |        |      |

**КОМПЛЕКС 1**

|                      |       |  |      |      |       |     |
|----------------------|-------|--|------|------|-------|-----|
| Каша пшённая вязкая  | 150   |  | 4,23 | 5,01 | 24,24 | 159 |
| Чай с сахаром        | 200/8 |  | 0,0  | 0,0  | 7,99  | 32  |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20    |  | 1    | 0,2  | 9     | 44  |

**Итого:**

|                                                     |         |  |      |      |       |     |
|-----------------------------------------------------|---------|--|------|------|-------|-----|
| Бутерброд с сыром, маслом (батон)                   | 35/10/6 |  | 5,3  | 8,02 | 18,04 | 166 |
| Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом | 150/5   |  | 6,35 | 6,8  | 28,53 | 208 |
| Чай с сахаром, лимоном                              | 180/7/5 |  | 0,06 | 0,01 | 7,34  | 31  |
| Вафли весовые                                       | 1 шт/20 |  | 0,78 | 6,12 | 12,5  | 108 |

**Итого:**

5/19

35,00 12,49 20,95 66,41 513

Плоды свежие

Борщ со свежей капустой, картофелем, сметаной

Маффин Шоколадный

Компот из замороженной вишни

Хлеб ржано - пшеничный

100 0,4 0,4 9,8 47

250/10 2,03 6,7 12,66 119

50 3,78 14,4 22,32 234

200 0,12 0,0 11,57 48

35 1,75 0,35 15,8 77

**Итого:**

55,00 8,08 21,83 72,1 525

Директор школы




Э.М.Иванова