

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

20 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	17,88	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