

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

18 мая 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 растит)	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	80/25	14,2	6,0	2,6	121
Котлеты аппетитные	90	13,8	14,7	8	216
Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90	22,7	33	1,8	391
Гарниры					
Картофель тушеный	180	3,9	12,7	29,4	249
Напитки					
Напиток их шиповника	200/8/5	0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	30/30	3,32	0,6	25,308	122
ИТОГО	Стоимость – 79,00				

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	0,08	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	35	2,62	1,01	17,99	92
Итого:	35,00	12,61	17,82	50,46	423
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	2,1	6,7	9,36	107
Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
Хлеб пшеничный (белый)	40	3,04	0,32	19,68	94
Итого:	55,00	8,75	17,82	79	510

Директор школы




Э.М.Иванова