

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

19 мая 2023 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70	0,77	0,1	2,7	17
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
Вторые блюда					
Шашлык из куриных грудок (с Переменной, на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226
Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
Гуляш из говядины	5050	15,2	17,7	2,84	231
Гарниры					
Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44	175
Напитки					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	30/30	3,32	0,6	25,308	122
ИТОГО	Стоимость – 79,00				

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 маслом (батон)	30/10		2,33	8,12	15,5	145
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Чай с молоком	180/7		1,36	0,68	9,35	53
Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Итого:		35,00	9,07	20,00	69,90	507
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		2,54	6,9	17,28	142
Пирожное песочное нарезное	50		3,4	13,9	33,5	253
Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,1	0,04	10,71	44
Хлеб пшеничный (белый)	40		3,04	0,32	19,68	94
Итого:		55,00	9,48	21,54	91,0	580

Директор школы




Э.М.Иванова