

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

08 сентября 2023 год

Наименование блюд	выход	стоимость белки	жиры	углев.	ККА П
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)					
Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
Салат-бар	100	1,3	6,1	6,5	87
свекла отварная	40				
морковь свежая	40				
горошек зелёный консервированный	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	80/5	19,9	4,3	2,4	128
Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332
Жаркое по- домашнему (с говядиной)	30/170	8,7	9,8	24,4	221
ГАРНИРЫ					
Капуста тушёная	180	4,32	7,4	18,24	160
НАПИТКИ					
Компот из замороженной вишни	200	0,14	0,0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	30/30	3,78	0,5	23,34	137

Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
Макаронные изделия отварные с сыром	150		8,99	8,21	32,12	239
Компот из замороженной вишни	180		0,10	0,03	10,41	43
Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Батон	35		2,62	1,01	17,99	92
Итого:		35,00	12,57	22,62	73,10	548
Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,32	7,84	38
Салат - бар	60		1,67	6,11	7,09	91
Помидоры свежие порциями	30					
Огурцы солёные	10					
Фасоль консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Биточки рыбные из фарша минтая	90		9,8	2,01	10,2	98
Пюре картофельное	150		3,28	7,28	22	169
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром	180/7		0,01		7,19	29
Компот из плодов сушеных (урюк)	180		0,72	0,06	16,61	71
			0,365	0,03	11,9	50
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	600	66,80	17,96	16,11	77,87	537

Комплекс № 3

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10	2,04	6,7	12,66	119
Пирожное Медовое	50	3,78	14,4	22,32	234
Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	6,97	21,64	64,6	486

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:	8,80	5,25	5,22	41,23	235

Директор школы




Э.М.Иванова