

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

13 сентября 2023 год

Наименование блюд	выход	стоимость белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)					
Фрукты свежие	120		0,48	11,8	56

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	2,5	260
Сосиски отварные с соусом Перемена	2шт/100/20		31,1	1,6	329
Запеканка картофельная с мясом,маслом	180/5		20,0	24,9	331
ГАРНИРЫ					
Картофель запечённый (с паприкой)	180		9,9	34,1	242
НАПИТКИ					
Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		0,3	16,38	79
	Итого с	79,00			

КОМПЛЕКС № 1

Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром	180/7	0,02		7,19	29
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	11,74	9,56	66,49	403

Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,36	0,36	8,82	42	
Салат - бар	60	1,55	6,12	6,63	89	
Помидоры свежие порциями	20					
Капуста белокачанная свежая порциями	20					
Зеленый горошек консервированный	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Гуляш из филе грудок индейки	45/45	11,9	8,2	11,85	169	
Каша рисовая вязкая	150	2,3	4,13	23,94	142	
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	
		0,06	0,01	11,90	50	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
Итого:	610	66.80	18.69	19.18	81.98	583

Суп картофельный с горохом, с гренками, мясными фрикадельками	250/10/2шт	10,62	9,5	26,56	235
Элеш (филе куриное)	100	6,0	4,90	40,0	229
Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
Итого:	55.00	18.24	14.68	91.7	578

Каша полбяная вязкая	150		3,64	4,61	19,4	134
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,80	4,41	4,77	34,13	199

Директор школы




Э.М.Иванова

