

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

28 сентября 2023 год

Наименование блюд	выход	стоимость белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)					
338/2015 Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
ттк 2021 Рыба запечённая с овощами	80/25	14,2	6,0	2,6	121
ттк 2021 Гуляш из куриных грудок	60/40	17,3	17,3	2,60	236
ттк 2019 Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332
	сред.	18,00	15,63	3,55	226
ттк 2021 Гречка с фаршем и овощами	200	18,1	15,1	48	400
ГАРНИРЫ					
ттк2021 Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44	175
	сред.	5,09	6,06	39,18	233
НАПИТКИ					
ттк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			⁸	32
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	16,38	80
	Итого с	79,00			

КОМПЛЕКС № 1

Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
Масло сливочное (порциями)	8	0,06	5,8	0,06	53
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с мас	150/5	4,66	5,32	25,37	175
Чай с молоком	180/7	1,36	0,68	9,35	53
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	12,27	16,66	50,20	413

Салат - бар	60		1,56	8,72	5,73	117
Свекла отварная (тёртая)	20					
Морковь свежая порциями	20					
Сыр	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Сосиски отварные с соусом "Переменка"	2 шт/100/10		10,10	4,80	11,75	131
Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	210
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Компот из замороженной вишни	180		0,10	0,03	10,41	43
			0,08	0,02	8,88	37
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	540	66,80	19,90	18,36	81,14	586

Комплекс № 3

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		2,56	6,9	17,26	142
Кекс Волжский	50		3,2	10,4	29,8	221
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,02	11,2	46
Хлеб ржано - пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
Итого:		55,00	7,80	18,02	82	522

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	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8.80	4.81	5.96	34.90	216

Директор школы




Э.М.Иванова

