

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

03 октября 2023 год

Наименование блюд	выход	стоимосп белки	жиры	углев.	ККАП
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)					
Плоды свежие	120	0,48		11,8	56
Салат-бар	100	2		8,5	99
огурцы свежие	40				
капуста Пекинская	40				
кукуруза консервированная	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
зелень свежая	0,5				
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	15,2		2,84	231
Грудки куриные по-французски	200	18,9		18,8	441
Жаркое ИЗ ПТИЦЫ (грудки куриные)	50/150	16,2		22	296
	сред.	18,90		18,80	441
ГАРНИРЫ					
Капуста тушёная	180	4,32		18,24	160
НАПИТКИ					
Напиток из вишни	200		0,12	0,0	48
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	91
	Итого с	79,00			

КОМПЛЕКС № 1

Десерт фруктовый (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изделия отварные с сыром	150	7,9	7,01	38,2	254
Напиток из вишни	180	0,11	0,03	10,41	43
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66
Итого:	35,00	10,28	8,16	71,26	410

ВТОРНИК

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат - бар	60		5,43	6,65	6,78	108
Огурцы свежие порциями	20					
Капуста белокочанная	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Жаркое из птицы (грудки куриные)	40/120		12,98	10,63	28,5	262
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
Напиток из вишни	200		0,12	0,90	30,80	131
			0,09	0,45	19,47	83
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	540	66,80	20,15	19,21	73,97	546

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/15		2	6,7	12,7	124
Маффин Классический	50		3,92	15,1	28,19	264
Напиток из шиповника	200		0,01		10,18	41
Хлеб пшеничный (белый)	35		2,66	0,28	17,2	82
Итого:		55,00	8,99	22,44	78,1	558

Директор школы



Э.М.Иванова