

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

04 октября 2023 год

Наименование блюд	выход	стоимость белки	жир ы	углев .	кка л
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)					
Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
Салат-бар	100	2,1	6,2	11,7	112
морковь свежая	40				
свекла отварная	40				
горошек зелёный консервированный	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Гуляш из филе куриных грудок	60/40	17,3	17,3	2,60	236
Лазанья с мясом	200	21,7	28,0	36,8	493
ГАРНИРЫ					
Картофель запечённый (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242
НАПИТКИ					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
	сред.	0,03	0,00	10,62	44
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
	Итого с	79,00			

Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66
Блинчики со сгущённым молоком	2 шт/90/10	5,67	7,19	10,45	139
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31
Батон	36	2,7	1,04	18,5	94
Итого:	35,00	8,51	15,49	36,37	330

СРЕДА

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
Запеканка рисовая с творогом	140	12,89	15,21	35,6	261	
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31	
Печенье сдобное Вкусное	2 шт/30	2,1	2,1	5,1	47	
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66	
Итого:	610	66,80	17,40	18,52	72,65	461

Комплекс № 2

Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11	7,69	7,10	19,38	173
Эч - почмак с говядиной	100	6,0	4,90	40,0	229
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:		55,00	14,71	12,20	478

КОМПЛЕКС 1						
Каша гречневая вязкая	140		3,27	4,33	20,56	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	4,04	4,49	35,30	199

Директор школы




Э.М.Иванова