

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

11 октября 2023 год

Наименование блюд	выход	СТОИМОС 1	белки	жиры	углев.	ККАЛ
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					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
Сосиски отварные с соусом Переменка	2шт/100/20		10,5	31,1	1,6	329
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
Запеканка картофельная с мясом,маслом	180/5		13	20,0	24,9	331
ГАРНИРЫ						
Картофель запечённый (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
НАПИТКИ						
тк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8					32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
	Итого с	79.00				

СРЕДА

КОМПЛЕКС № 1

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

Салат - бар	60		2,53	6,1	15,07	125
Свекла отварная	20					
Морковь свежая порциями	20					
Зеленый горошек консервированный	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Сосиски отварные	2 шт/100		8,60	4,80	11,75	125
Макароны отварные с сыром	140		5,39	6,65	29,98	201
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,40	52
			0,06	0,01	10,20	42
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	520	66.80	17.83	18,64	76,42	539

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 плодов сушёных (урюк)	200	0,80	0,06	18,50	79
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	18,17	14,56	91,8	576

Каша полбяная вязкая	140		3,40	4,30	18,1	125
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	4,17	4,46	32,84	190

Директор школы




Э.М.Иванова