

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

13 октября 2023 год

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)

Плоды свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
ГАРНИРЫ						
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
НАПИТКИ						
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,52	0,4	18,84	91
	Итого с	79,00				

ПЯТНИЦА

КОМПЛЕКС № 1

Бутерброд с маслом (батон)	40/15		3,12	12,03	20,68	204
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с мас	150/5		5,97	6,85	25,68	191
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Итого:		35,00	9,93	25,01	66,20	534

ПЯТНИЦА

Салат - бар

Морковь свежая порциями	60		3,59	6,1	18	141
Капуста белокачанная	20					
Зеленый горошек консервированный	20					
Сухарики из пшеничного хлеба	10					
Масло растительное	5					
Биточки рыбные из фарша минтая	5					
Пюре картофельное с маслом сливочным	90		9,8	2,01	10,2	98
Напитки на выбор:	140/5		3,1	7,97	20,59	169
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Напиток из шиповника	200		0,01		10,18	40
			0,015	0	9,085	36
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	515	66,80	17,76	17,16	67,30	490

ПЯТНИЦА**Комплекс № 2**

Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10	2,04	6,7	12,66	119
Пирожное песочное нарезное	50	3,4	13,9	33,5	253
Напиток из шиповника	200	0,01		10,18	41
Хлеб пшеничный (белый)	35	2,66	0,28	17,2	82

Итого: **55,00 8,59 21,36 85,3 551**

ПЯТНИЦА**КОМПЛЕКС 1**

Спагетти отварные (с мас.растит.)	150	5,60	5,07	35,90	212
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	6,41	50,80	280

Директор школы




Э.М.Иванова