

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

24 октября 2023 год

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Шашлык ИЗ куриНЫХ Грудок (с переменной, на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226
Ежики мясные с рисом в соусе томатном 60/40		9,57	10,4	9,23	169
Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
ГАРНИРЫ					
Капуста тушёная	180	4,32	7,4	18,24	160
	сред.	5,21	6,68	36,45	228
НАПИТКИ					
Напиток из вишни	200	0,12		11,6	48
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	16,38	79

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

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 по - домашнему	40/120		8,64	7,5	21,63	189
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	15,81	16,08	67,10	473

Комплекс № 2

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10	2	6,7	12,7	120
Пирог Зебра	50	3,78	14,4	22,32	234
Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
Итого:	55,00	7,68	21,79	71,4	520

КОМПЛЕКС 1						
Каша пшеничная вязкая	140		3,95	4,68	22,62	148
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	4,72	4,84	37,36	213

Директор школы




Э.М.Иванова

