

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

17 ноября 2023 год

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с)	75		5,52	11,25	8,36	158
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
ГАРНИРЫ						
ТТК 2020 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
	сред.		4,98	5,52	31,98	199
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,28	0,03	11,80	50
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с	79,00				

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/15/10		5,9	11,96	12,93	184
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		6,34	6,79	28,52	208
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,43	52
Итого:	35,00	12,34	18,85	53,88	444	

ПЯТНИЦА						
Салат - бар	60		1,59	6,1	7,25	91
Капуста белокачанная	20					
Морковь свежая	20					
Зеленый горошек консервированный	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Борщ со св. капустой, картофелем	200		7,98	10,01	40,94	286
Ежики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		8,2	5	25,23	178
Пюре картофельное	140		3,08	4,35	20,56	136
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	728	66,80	22,10	26,54	111,39	769

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/15		2,04	6,7	12,66	119
Пирожное Медовое	50		3,78	14,4	22,32	234
Чай с сахаром	200/8		0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
Итого:	55,00	7,49	21,74	63,9	487	

Каша пшеничная вязкая	150		4,23	5,01	24,24	159
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	5,00	5,17	38,98	224	

Директор школы




Э.М.Иванова

