

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

30 ноября 2023 год

Наименование блюд	д	стоимосп	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на	выбор)					
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат-бар	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
ГАРНИРЫ						
Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		4,89	7,27	37,10	234
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с	79,00				

КОМПЛЕКС № 1

Сыр порциями	15	3,94	3,99		53	
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66	
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5	5,85	5,61	30,78	204	
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,13	34	
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66	
Итого:		35.00	11.80	17.58	51.84	423

Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,32	7,84	38
Салат - бар	60		1,88	6,08	7,76	94
Капуста квашеная	20					
Морковь свежая	20					
Фасоль консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Плов с говядиной	40/120		12,20	10,60	30,65	267
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:	528	66,80	15,67	18,08	63,66	477

Комплекс № 2

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,56	6,9	17,26	142
Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0,02	11,2	46
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	7,30	17,92	77,06	500

Каша полбяная вязкая	150		3,64	4,61	19,4	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	4,4129	4,77	34,1	199

Директор школы



Э.М.Иванова