

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

12 декабря 2023 год

Наименование блюд	ВЫХО Д	стоимость белки	жиры	углев.	ККАП	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	
Салат С фасолью (фасоль к/с,морковь отвар..огурцы солен.,м/рас)	80	2,44	6,7	6,8	98	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169	
Рыба (филе) запеченая с сыром,соусом Переменка	80/5/10	19,8	14,2	3,2	221	
Курица по-французски	200	18,9	32,1	18,8	441	
ГАРНИРЫ						
Капуста тушёная	180	4,32	7,4	18,24	160	
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	
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,99	8,21	32,12	239	
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32	
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79	
Итого:	35,00	11,66	9,48	65,32	397	
Десерт фруктовый (яблоки)	60	0,24	0,24	5,88	28	
Салат - бар	60	1,59	6,1	8,6	93	
Капуста квашеная	25					
Морковь свежая	20					
Зеленый горошек консервированный	10					
Масло растительное	5					
Жаркое из птицы	40/120	13,64	12,63	32,57	299	
Напиток из урюка	200	0,80	0,06	18,46	79	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	0,18	9,42	46	
Итого:	500	66,80	17,52	19,21	74,93	545
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10	2,08	6,8	9,3	107	
Маффин Классический	50	3,92	15,1	28,19	264	
Напиток из шиповника	200	0,01		10,18	41	
Хлеб пшеничный (белый)	40	3,04	0,32	19,7	94	
Итого:	55,00	9,45	22,53	77,2	553	
Каша пшённая вязкая	130	3,70	4,30	21,00	138	
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	4,47	4,46	35,74	203

Директор школы




Э.М.Иванова

