

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

19 декабря 2023 год

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты 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
Салат-бар	100		2	6,2	8,5	99
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
зелёный горошек консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом сливоч.	160/5		19	20,9	34,1	401
Жаркое по- домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.		5,21	6,68	36,45	228
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с		79.00			

КОМПЛЕКС № 1

Фрукты 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
Салат - бар	60		1,59	6,1	8,6	93
Капуста квашеная	25					
Морковь свежая	20					
Зеленый горошек консервированный	10					
Масло растительное	5					
Жаркое по - домашнему	40/120		14,64	12,94	21,63	262
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	18,52	19,52	63,99	508

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/5	1,95	6,0	9,12	99
Пирог Зебра	50	3,78	14,4	22,32	234
Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб пшеничный (белый)	30	2,28	0,24	14,8	71
Итого:	55,00	8,41	20,98	69,1	504

СВЕДА

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