

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

22 декабря 2023 год

Наименование блюд	выход	стоимос1	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на	выбор)					
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75		5,52	11,25	8,36	158
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ШАШЛЫК КУРИНЫЙ (на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
ГАРНИРЫ						
Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
НАПИТКИ						
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с					

Бутерброд с маслом (батон)	25/10		1,95	7,97	12,93	132
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с мас	150/5		4,66	5,32	25,37	175
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Итого:	35,00	7,49	19,45	61,51	459	

Салат - бар	60		1,88	6,08	9,4	100
Капуста квашеная	25					
Морковь свежая	20					
Зеленый горошек консервированный	10					
Масло растительное	5					
Биточки рыбные из фарша минтая	90	12,25	5,57	5,92	123	
Пюре картофельное	140	3,06	5,95	21,36	151	
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:	510	66,80	19,24	17,84	64,56	499

Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10		2,04	6,7	12,66	119
Пирожное песочное нарезное	50		3,4	13,9	33,5	253
Напиток из шиповника	200		0,01		10,18	41
Хлеб пшеничный (белый)	30		2,28	0,24	14,8	71
Итого:	55,00	8,21	21,32	82,9	540	

Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:	8,80	6,66	5,28	53,05	291	

Директор школы




Э.М.Иванова

