

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

9 января 2024 год

Наименование блюд	выход	стоимость 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	1,3	5,1	7,4	81
Морковь свежая	50				
Свекла отварная	45				
Масло растительное	5				
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Котлеты школьные	90	11,5	9,9	9,6	172
Гуляш из птицы	50/50	14,6	15,3	3,20	209
Запеканка картофельная с мясом	200	14,5	18,2	27,647	331
ГАРНИРЫ					
Макаронные изделия отварные (м/раст)	180	6,8	5,4	43,1	248
НАПИТКИ					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Итого с	79,00			

Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5	4,6	5,08	32,55	201
Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/45/10	3,19	2,52	19,5	114
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	10,17	8,49	78,62	440

Салат из свеклы отварной с маслом	60	0,85	3,65	5,01	56	
Гуляш из птицы	45/45	11,07	10,30	2,95	149	
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,46	35,94	207	
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
Итого:	548	66,80	20,10	18,77	70,73	535

Каша полбяная вязкая	130		3,10	4,00	16,8	116
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	3,87	4,16	31,54	181

Директор школы




Э.М.Иванова

