

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

18 января 2024 год

Наименование блюд	выход	стоимост белки		жиры	углев.	ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат Прага (филе курин.,морковь,огурцы солен.,яйцо,масло раст.)	70		4,4	8,30	1,3	98
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
Медальоны куриные с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	3шт/105/20		27,3	8,5	37	338
Запеканка картофельная с мясом	170		12,3	15,5	23,5	281
	сред.		19,80	12,00	30,25	310
ГАРНИРЫ						
Картофель запечённый (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,41 7	202
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				

Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
Блинчики со сгущенным молоком	2 шт/90/10		5,67	4,19	33,45	195
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Батон	20		1,50	0,58	10,28	52
Итого:	35,00	7,27	12,02	51,79	345	

Свекла отварная	20					
Капуста белокачанная	20					
Кукуруза консервированная	15					
Масло растительное	5					
Сосиски отварные	2 шт/100		10,40	12,24	7,69	183
Каша гречневая вязкая	140		3,26	4,33	20,55	134
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,43	52
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	0,18	9,42	46
Итого:	520	66,80	16,60	20,03	63,70	510

Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
Эч - почмак с говядиной	100		6,0	4,90	40,0	229
Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,08	11,9	49
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	13,83	11,43	85	502	

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	31,5	181

Директор школы




Э.М.Иванова