

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

19 февраля 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						
Капуста свежая	50					
Морковь свежая	45					
Масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из индейки	45/45		9,00	11,30	1,9	146
Сосиски отварные	2шт/ 100		10,4	20,1	0,8	226
Плов с говядиной	40/16 0		11,1	13,3	34,5	305
ГАРНИРЫ						
Отварные макароны (м/слив)	180		6,8	5,4	43,1	248
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
	Итого с	79,00				

Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из пшѐнной крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
Вафли весовые	1 шт/21		0,82	6,43	13,12	114
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	14,41	17,33	80,06	545	

Салат из моркови	60		0,7	3,05	6,72	58
Котлеты "Аппетитные" мясо - куриные	90		13,79	12,4	7,99	199
Рис отварной	150		2,3	5,43	38,6	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	553	66,80	19,37	21,25	80,29	594

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Суп картофельный	200		2,016	2,4	15,84	94
Пицца с сыром	85		13,60	11,40	24	252
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,02	11,2	46
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	17,16	14,42	69,5	483	

Макароны отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,91	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,14	34
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
Итого:	9,20	7,17	5,38	57,55	312	

Директор школы




Э.М.Иванова

