

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

09 февраля 2024 год

Наименование блюд	выход	стоимост 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						
Шашлык куриный на шампуре	90		17,1	17,2	1,20	226
Гуляш из говядины	45/4 5		13,7	15,90	2,60	208
Макароны отварные)м/раст)	180		6,6	5,4	43,1	248
ГАРНИРЫ						
Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с	79.00				

Бутерброд горячий с сыром (батон)	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с мас	150/5	4,66	5,32	25,37	175
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,13	34
Вафли весовые	1 шт/21	0,82	6,43	13,12	114
Итого:	35,00	11,73	16,62	62,04	454

Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	5,64	54	
Ёжики рыбные с рисом и овощами	60/30	11,4	7,95	15,04	177	
Пюре картофельное	150	3,28	4,65	22,02	146	
Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
Итого:	540	66.80	18.25	16.04	73.11	516

Директор школы




Э.М.Иванова