

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

29 февраля 2024 год

Наименование блюд	выход	стоимост белки	жиры	углев.	ККАЛ	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
Флоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат -бар						
Капуста квашеная	50					
МОРКОВЬ СВЕЖАЯ	45					
Масло растительное	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Шашлык куриный (на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
Плов с говядиной	40/160		11,1	13,3	34,5	305
Пельмени «Для умников и умниц» с маслом сливочным	180/5		21,4	17,9	37,773	398
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
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 гречневой крупы с маслом	150/5	5,85	5,61	30,78	204
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
Печенье весовое	3 шт/45	3,52	7,04	37,8	227
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66
Итого:	35,00	15,20	17,36	89,40	582

Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Плов с говядиной	40/160		12,22	15,61	46,03	373
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	15,16	16,37	82,66	543

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	200/11	6,52	6,0	15,5	143
Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
Напиток из урюка	200	0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55.00	11.67	16.96	80.35	523

Каша полбяная вязкая	130		3,11	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:	9,20		3,88	4,16	31,58	181

Директор школы




Э.М.Иванова