

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

5 марта 2024 год

Наименование блюд	выход	стоимость белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)					
Яблоки	90	0,4	0,4	8,8	42
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Голень запеченная	80	18,20	18,40	0,50	241
Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,90	2,60	208
Рыба филе запеченная с сыром, соусом Переменка	8/8/8	19,8	14,2	3,2	221
ГАРНИРЫ					
Спагетти отварные с маслом слив	180	6,8	5,4	43,1	248
Капуста тушеная	180	6,8	5,4	43,1	248
НАПИТКИ					
Напиток из вишни	200	0,14	0,0	11,15	91
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68
	Итого с	79,00			

Десерт фруктовый (яблоки)	80	0,32	0,32	7,84	38
Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,13	34
Батон	20	1,5	0,58	10,28	52
Итого:		35,00	10,87	9,12	58,37
				363	

Десерт фруктовый (яблоки)	80	0,31	0,32	7,84	35
Жаркое по - домашнему	40/160	11,24	14,5	28,83	291
Напиток из урюка	200	0,80	0,06	18,46	78
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	89
Итого:	520	66,80	14,87	15,24	73,97
				493	

Десерт фруктовый	90	0,4	0,4	8,8	42
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/5	1,95	6,0	9,12	99
Пирожное Медовое	50	3,78	14,4	22,32	234
Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:		55,00	7,13	20,94	62,3
				472	

КОМПЛЕКТ					
Каша пшённая вязкая	130	3,70	4,34	20,98	138
Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	17	0,85	0,17	7,65	37
Итого:	9,20	4,57	4,52	36,62	207

Директор школы




Э.М.Иванова