

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

12 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
Салат бар						
Яйцо вареное в крутую	1/40					
Зеленый горошек консервированный	15					
Масло растит	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из индейки	45/45		9,00	11,30	1,9	146
Шашлык куриный (на шампуре)	80		13,7	14,0	1,00	184
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ГАРНИРЫ						
Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого с	79,00				

Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Блинчики со сгущенным молоком	1 шт/50/10		3,47	2,71	21,05	123
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Батон	20		1,5	0,58	10,28	52
Итого:	35,00	9,70	8,39	75,03	422	

Салат из свеклы отварной с маслом	60		0,85	3,65	5,01	56
Котлеты "Аппетитные" мясо - куриные	90		13,79	10,4	7,99	181
Каша гречневая вязкая	150		2,98	4,03	23,90	144
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	33
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
Итого:	553	66,80	20,20	18,45	63,88	503

Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		1,8	4,3	13,5	101
Эч - почмак с говядиной	100		6,0	4,90	40,0	229
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,07	0,01	8,1	34
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	8,62	9,36	68	397	

Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		1,8	4,3	13,5	101
Эч - почмак с говядиной	100		6,0	4,90	40,0	229
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,07	0,01	8,1	34
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	8,62	9,36	68	397	

Директор школы

Э.М.Иванова


