

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

13 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						
Свекла отварная	45					
Кукуруза консервир.	25					
сыр	5					
Масло растит	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
Котлеты «Школьные»	90		11,5	9,9	9,6	172
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/8/8		19,8	14,2	3,2	221
ГАРНИРЫ						
Спагетти отварные (масло растит)	180		6,8	5,4	43,1	248
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
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
Макаронные изделия отварные с сыром	150				8,99
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5				0,06
Батон	20				1,5
Итого:		35,00			10,87

Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,31	0,32	7,84	35
Жаркое из птицы	40/160		12,6	14,9	29,09	301
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	16,23	15,64	74,23	503

Десерт фруктовый	90		0,4	0,4	8,8	42
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2,08	6,8	9,3	107
Маффины Классический	50		3,92	15,1	28,19	264
Напиток из шиповника	200		0,01		10,18	41
Хлеб пшеничный (белый)	25		1,9	0,2	12,3	59
Итого:	55,00	8,31	22,41	68,8	513	

Каша пшеничная 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