

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

19 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 1						
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