

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

5 сентября 2022 год

Наименование блюд	Выход	белки	жиры	Углев.	ККАЛ
Холодные закуски					
Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	24
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Яйцо под соусом Переменка					
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит)	100	1,05	10,1	15,6	158
Вторые блюда					
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5	17,5	10,6	2,7	175
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/10	13,9	17,9	1,40	221
Котлеты «Аппетитные» мясо куриные с соусом томатным	80/20	11,8	13,6	7,91	200
Говядина со стручковой фасолью	40/50	15,6	21,6	4	274
Гарниры					
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Напитки					
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
Хлеб сельский/белый	25/20	2,77	0,4	21,1	102
ИТОГО	Стоимость – 73,00				

Директор школы




Э.М.Иванова