

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

20 мая 2024 год

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
Салат -бар						
огурцы свежие	40					
зеленый горошек консерв.	15					
масло растит	5					
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба филе по-Московски	70/20		2,2	13,9	1,8	142
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
Плов с говядиной	40/160		12,2	15,6	46	377
ГАРНИРЫ						
Макароны отварные с маслом растит.	180		6,8	5,4	43,1	248
НАПИТКИ						
Чай 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				

г Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
г Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Вафли весовые	1 шт/21		0,82	6,43	13,12	114
Батон	20		1,5	0,58	10,28	52
Итого:		35,00	12,92	16,99	64,60	473

Котлеты "Аппетитные" мясо - куриные	90		13,79	13,05	7,99	205
Рис отварной	150		2,3	1,6	38,6	178
Овощи натуральные свежие (огурцы)	15		0,1	0,01	0,28	2
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
Итого:	503	66,80	18,73	15,02	73,70	506

Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/11		4,2	4,4	20	137
Пицца с сыром	85		13,60	11,40	24	252
Чай с сахаром	200/8		0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
Итого:		55,00	19,32	16,10	65,1	487

Макароны отварные (с мас.растит.)	130		4,85	4,39	31,11	184
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,1	0,02	11,2	46
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		9,20	5,74	4,56	49,06	263

Директор школы




Э.М.Иванова