

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

17 сентября 2024 год

Наименование блюд	выход	стоимос ¹	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
Салат-бар	100		1,9	6,2	7	93
капуста свежая						
морковь свежая						
масло растительное						
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,47	10,62	2,67	176
Жаркое по-домашнему	40/160		11,2	12,43	28,63	273
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,1	43,08	254
НАПИТКИ						
Компот из вишни	200		1	0,1	30,56	128
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	25/25		3,15	0,5	23,55	114
	Итого с	79,00				

Жаркое по - домашнему	40/160	12,05	17,93	39,88	370	
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	7	
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	91	
Итого:	508	66,80	15,01	18,35	67,85	500

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/5	8,88	9,6	40,94	286
Пицца с курицей и сыром	85	14,95	17,60	30	340
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0,0	11,15	46
Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
Итого:	55,00	25,47	27,54	95,8	749

² Каша пшённная вязкая	120	3,40	4,00	19,40	127	
Чай с сахаром	180/5	0,0	0,0	5,13	21	
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33	
Итого:		9,20	4,17	4,16	31,28	181

Директор школы




Э.М.Иванова