

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

20 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		1,47	5,1	8,5	87
Морковь свежая						
Капуста свежая						
масло растительное						
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,3	3,23	209
Бифштекс рубленый по-домашнему	90		10,7	12,03	15,36	210
Голень запеченая	90		22,8	32,60	2,15	393
ГАРНИРЫ						
Пюре картофельное	180		3,94	5,58	26,43	175
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				7,98	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с	79.00				

Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с маслом	150/5		8,69	9,32	26,4	224
Напиток из шиповника	200		0,01		10,18	41
Кисломолочный продукт ДМК	1/125		3,5	3,12	5,12	63
Вафли весовые	1 шт/21		1,10	1,06	9,74	53
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:	541		66,80	19,11	18,21	64,29

Комплекс № 1

Гуляш из птицы	50/50		14,6	15,30	3,24	209
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,4	41,8	242
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:		55,00	22,24	20,90	61,94	527

Спагетти отварные (с мас.растит.)	130		4,85	4,39	31,11	184
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	5,62	4,55	42,99	238

Директор школы




Э.М.Иванова