

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

**23 сентября 2024 год**

Наименование блюд	выход	стоимос <sup>1</sup>	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Плоды свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
Салат-бар	100		0,85	5,1	55	62
Огурцы свежие						
Помидоры свежие						
масло растительное						
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		12,8	13,93	11,73	223
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48,0	269
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		,04		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого с	<b>79,00</b>				

Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		12,79	13,93	11,73	223
Рис отварной	150		3,83	5,43	40,01	224
Овощи натуральные свежие (помидоры) доп. гарнир	30		0,33	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
<b>Итого:</b>	<b>518</b>	<b>66,80</b>	<b>19,49</b>	<b>19,78</b>	<b>79,71</b>	<b>577</b>

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

**Комплекс № 2**

Суп картофельный	250		3,5	5,4	19,8	142
Эч - почмак с говядиной	100		10,3	10,70	34,4	272
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	77
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>15,34</b>	<b>16,40</b>	<b>75,6</b>	<b>523</b>

Макаронны 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
<b>Итого:</b>		<b>9,20</b>	<b>5,62</b>	<b>4,55</b>	<b>42,99</b>	<b>238</b>

Директор школы




Э.М.Иванова