

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

30 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		0,85	5,1	55	62
Огурцы свежие						
Помидоры свежие						
масло растительное						
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		12,8	13,93	11,73	223
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48,0	269
НАПИТКИ						
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	79,00				

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
Итого:	518	66,80	19,49	19,78	79,71	577

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
Итого:		55,00	15,34	16,40	75,6	523

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
Итого:		9,20	5,62	4,55	42,99	238

Директор школы




Э.М.Иванова