

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

08 октября 2024 год

	Выход	Цена	Белки	Жиры	углеводы	Калорийность	Популярность
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	55
САЛАТ- БАР (капуста свежая, морковь, м/растит.)	100		1,472	5,090	8,504	87	20
РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ С СЫРОМ,СОУСОМ	80/5/5		15,735	6,624	3,025	135	10
Переменка							
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	40/160		15,583	16,160	28,835	323	20
ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80	10
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32	50
5-Хлеб							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46	
Итого:		79,00					

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
	БАТОН	25		1,875	0,725	12,850	66
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		5,853	5,613	30,781	204
ТТК от 2021 г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
	Итого:		35,00	8,229	6,823	63,38	358

ТТК № 2738 от 07.12.2023 г	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	40/160		12,050	17,930	39,880	370
№ 71/2015 г Дели	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60		0,420	0,060	1,140	7
ТТК от 2021 г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
	Итого:	508	66,80	15,011	18,355	67,849	500

Сб.,М:Дели плюс,2015,рец,№88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		1,818	5,195	8,940	91
ТТК	СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
ТТК от 2021 г	ПИЦЦА С КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	85		14,950	17,579	30,169	340

№348/2015г,Дели	НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	18,460	79
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
Итого:			55,00	19,198	23,888	71,249	595

510 Т4/2004,№303,стр1 56/ 2015	КАША ПШЁННАЯ ВЯЗКАЯ	120		3,380	4,005	19,385	127
ТТК от 2021 г	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5		0,018	0,005	5,134	21
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
Итого:			9,20	4,148	4,16	31,269	181

Директор школы



Э.М.Иванова