

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

17 октября 2024 год

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	50
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15
САЛАТ- БАР (огурцы свежие,капуста свежая ,,М/раст.)	100		1,187	5,090	25
РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ					
РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ	100		18,005	7,039	10
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ					
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		20,449	16,359	15
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	40/160		16,603	19,370	25
РИС ОТВАРНОЙ					
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	10
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА					
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	100
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ					
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	100
		79,00			

	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
СЫР ПОРЦИЯМИ	15		3,945	3,990	-	53
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПОЛБЯНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		5,917	5,565	25,059	181
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,066	0,010	8,139	34
БАТОН	25		1,875	0,725	12,850	66
		35,00	11,803	10,29	46,048	334

ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	40/160		15,440	19,290	51,200	430
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60		0,660	0,120	2,280	14
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
	508	66,80	18,641	19,775	80,309	567

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		1,775	5,166	12,300	103
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
ПИЦЦА С СЫРОМ	85		13,600	11,400	23,700	252
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
		55,00	17,125	17,646	61,25	488

КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110		2,567	3,405	16,158	106
ЧАИ С САХАРОМ	180/5		0,018	0,005	5,134	21
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
		9,20	3,335	3,56	28,042	160

Директор школы



Э.М.Иванова