

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

31 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					
	100		18,005	7,039	10
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					
	180		4,601	6,521	10
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА					
	200		0,012	0,001	30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					
	20		1,520	0,160	100
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