

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

14 января 2026 год

1-Салаты							
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47	10
ЯЙЦО ПОД СОУСОМ "Переменка" С З/ГОРОШКОМ	48/10/Юг		6,691	11,270	1,402	134	5
2-Вторые блюда							
ГОРБУША ЗАПЕЧЁНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	80/10/10		21,113	18,719	3,226	266	10
2-Самостоятельные вторые блюда							
ГРУДКА КУРИНАЯ ПО-ФРАНЦУЗСКИ	180		17,000	28,897	16,907	397	25
3-Гарниры							
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180		4,083	8,885	16,823	165	5
4-Напитки							
ЧАИ ПАКЕТИРОВАННЫЕ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32	60
5-Хлеб							
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100

КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ	160		4,282	6,196	21,335	158
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
Итого:			10,70	5,053	6,351	223

БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	30/10/10		4,960	10,780	15,500	180
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		7,000	4,060	32,551	195
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46
Итого:			45,00	12,095	14,863	421

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	60		0,855	3,653	5,016	56
ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДЕЙКИ	45/45		9,002	7,246	1,873	109
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,602	5,068	35,906	212
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
МАФФИН ШОКОЛАДНЫЙ	30		2,068	4,341	14,864	107
Итого:			92,76	20,059	20,669	616

2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		1,775	5,166	12,300	103
г	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
	СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
	ПИЦЦА С СЫРОМ	85		13,600	11,400	23,700	252
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
	Итого:		66,00	19,144	19,7	56,873	485

Директор школы




И.М.Иванова