

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

28 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