

Меню

на 3 апреля 2024

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Среда	Завтрак	Выход	Сто-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
	Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
	Блинчики со сгущенным молоком	1 шт/50/10		3,47	2,71	21,05	123
	Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
	Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
	Итого:		35,00	10,46	8,38	83,36	460
	Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
	Овощи натуральные свежие (помидоры)	15		0,16	0,03	0,57	3
	Гуляш из птицы	45/45		11,07	10,30	2,95	149
	Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	207
	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
	Хлебная корзинка (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:		66,80	20,19	18,64	66,29	514
	Для учащихся с 11 лет и старше						
	Бутерброд с сыром (батон)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
	Котлеты «Школьные»	90		11,46	9,9	9,6	172
	Запеканка картофельная с мясом	200		14,5	18,2	27,647	331
	Макаронные изделия отварные (м/раст)	180		6,8	5,4	43,1	248
	Напиток яблочный	200				13,1	53
	Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
	Итого:		79,00	23,13	22,32	63,30	549
	Комплексе						
	Каша полбяная вязкая	130		3,10	5	17,3	129
	Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
	Хлеб ржано-пшеничный	16		0,85	0,16	7,2	35
	Итого:		9,20	3,92	4,17	31,99	183
	Комплексе для учащихся с 11 лет и старше						
	Запеканка картофельная с мясом	180		13	16,5	24,9	298
	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,02	0,001	7,9	32
	Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
	Итого:		55,00	13,30	15,78	40,42	357

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88