Меню

на 7 февраля 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/45/10		3,19	2,52	19,5	114
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		**35,00**	**10,17**	**8,49**	**78,62**	**440**
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Салат из свеклы отварной с маслом	60		0,85	3,65	5,01	56
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**	**20,10**	**18,77**	**70,73**	**535**
Для учащихся с 11 лет и старше						
Бутерброд с сыром (батон)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
Котлеты «Школьные»	90		11,5	9,9	9,6	172
Запеканка картофельная с мясом	200		14,5	18,2	27,647	331
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Напиток яблочный	200				13,1	53
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого:		79,00	22,86	22,27	65,97	559
Комплекс						
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	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		**9,20**	**3,87**	**4,16**	**31,54**	**181**
Комплекс для учащихся с 11 лет и старше						
Запеканка картофельная с мясом	180		13	16,5	24,9	298
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:		**55,00**	**14,02**	**16,70**	**41,80**	**374**

Директор

Калькулятор

Зав. производством

#poelidovolen

Мобильное приложение «Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

АО«Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»