

Меню

на 7 мая 2024

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Вторник	Выход	Сто-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Десерт фруктовый (яблоки)	60		0,24	0,24	5,88	28
Макаронные изделия отварные с сыром, маслом	150/5		9,03	11,83	32,16	272
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Батон	20		1,5	0,58	10,28	52
Итого:		35,00	10,79	12,65	56,30	384
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Десерт фруктовый	60		0,24	0,24	5,88	28
Жаркое по-домашнему	40/160		15,58	17,16	31,02	341
Напиток из урюка*	200		0,80	0,06	18,46	78
Хлебная корзинка (хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		66,80	14,95	17,41	72,27	506
Для учащихся с 11 лет и старше						
Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160		11,2	12,4	28,8	273
Пельмени «Для Умников и умниц» отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1 с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		79,00	21,79	20,87	77,64	590
Комплексы						
Каша пшеничная вязкая	120		3,70	4,30	21,00	138
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	17		0,85	0,17	7,65	37
Итого:		9,20	4,27	4,18	35,04	196
Комплексы для учащихся с 11 лет и старше						
Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Спагетти отварные (м/растит.)	180		6,7	6,1	43,1	254
Сок в ассортименте разливной 1 л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
Итого:		55,00	19,12	17,10	77,98	548



Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

