

Меню

на 12 декабря 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Вторник

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Для учащихся с 11 лет и старше						
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Грудки по-французски	200		18,9	32,1	18,8	441
Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1 с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого:		79,00	24,28	25,01	75,51	629
Комплекс						
Каша Геркулесовая вязкая	130		3,5	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:		8,80	4,27	5,16	32,04	194

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

