

Меню

на 13 марта 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
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Батон	20		1,5	0,58	10,28	52
Итого:		35,00	9,70	8,39	75,03	422

Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Салат из свеклы отварной с маслом	60		0,85	3,65	5,01	56
Котлеты «Аппетитные» мяско-куриные	90		13,79	12,4	7,99	199
Каша гречневая вязкая	150		3,50	4,03	22,02	138
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	33
Хлебная корзинка (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		66,80	20,20	18,45	63,88	503

Для учащихся с 11 лет и старше

Бутерброд с сыром (батон)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
Шашлык куриный (на шампуре)	80		13,7	14,0	1,00	184
Сосиски отварные	2 шт/100		10,4	20,1	0,8	226
Макаронные изделия отварные (м/растит.)	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	19,00	20,18	54,31	477

Комплексе

Каша полбяная вязкая	130		3,10	4,00	16,8	116
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	3,97	4,18	32,48	185

Комплексе для учащихся с 11 лет и старше

Гуляш из филе индейки	40/40		8,00	10,04	1,689	130
Картофель запеченный (с паприкой)	130		3	7,1	24,6	175
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		55,00	11,77	17,30	40,94	370

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»