

Меню

на 14 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
	Котлеты «Аппетитные» мясо-куриные	90		13,79	12,4	7,99	199
	Каша гречневая вязкая	150		3,50	4,03	22,02	138
	Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
	Хлебная корзинка (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:		66,80	20,76	20,48	64,57	528
	Для учащихся с 11 лет и старше						
	Бутерброд с сыром (батон)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
	Медальоны куриные с сыром, томатом	75/5		15,5	18,4	0,9	232
	Сосиски отварные	2 шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
	Напиток яблочный	200					
	Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	13,1	53
	Итого:		79,00	20,33	21,22	56,76	502
	Комплексе						
	Каша гречневая вязкая	130		3,03	4,02	19,09	125
	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	3,80	4,18	33,8	190
	Комплексе для учащихся с 11 лет и старше						
	Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
	Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,5	8,2	28,4	202
	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	14,09	18,83	54,53	447

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

