

Меню

на 14 сентября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Четверг

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Рассольник Ленинградский с куриными грудками, со сметаной	200/10/10		3,91	7,4	14	139
Итого:		16,00	3,91	7,4	14	139
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Масло сливочное (порциями)	8		0,06	5,8	0,06	53
Каша вязкая молочная из рисовой и пшенной крупы с маслом	150/5		4,66	5,32	25,37	175
Чай с молоком	180/7		1,36	0,68	9,35	53
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		35,00	12,27	16,66	50,20	413
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Салат-бар	60		1,56	8,72	5,73	117
Свекла отварная (тертая)	20					
Морковь свежая порциями	20					
Сыр	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Сосиски отварные	2 шт/100/10		10,10	4,80	11,75	131
Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	210
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Компот из замороженной вишни	180		0,10	0,03	10,41	43
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		66,80	19,90	18,36	81,14	586

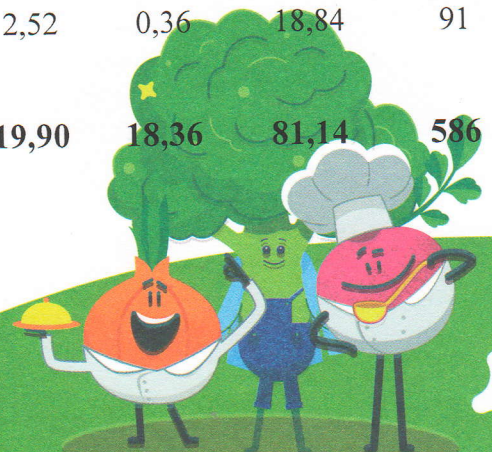
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



Меню

на 14 сентября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Четверг

Для учащихся с 11 лет и
старше

Бутерброд с сыром (с батоном)	25\15	6,2	4,9	15,4	131
Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332
Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44	175
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	16,38	80
Итого:		79,00	28,13	25,87	671
Комплекс					
Каша Геркулесовая вязкая	150	4	5,8	20	148
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,80	4,81	5,96	216

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

