

# Меню

на 15 декабря 2023  
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

## Пятница

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Для учащихся с 11 лет и старше</b>						
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
Птица запеченная (цыплята)	90		24	21,6	0,8	294
Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
<b>Итого:</b>		<b>79,00</b>	<b>26,66</b>	<b>27,06</b>	<b>74,58</b>	<b>653</b>
<b>Комплекс</b>						
Каша пшенная вязкая	130		3,70	4,30	21,00	138
Чай с сахаром	200/8		0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>4,47</b>	<b>4,46</b>	<b>35,74</b>	<b>203</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

