

Меню

на 16 апреля 2024

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Вторник

Завтрак	Выход	Сто-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,32	7,84	38
Макаронные изделия отварные с сыром, маслом	150/5		9,03	11,83	32,16	272
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66

Итого:

35,00 11,16 12,79 58,87 398

Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие

Десерт фруктовый	80		0,31	0,32	7,84	35
Жаркое по-домашнему	40/160		11,24	14,5	28,83	291
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,00	7,99	32
Хлебная корзинка (хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Итого:

66,80 18,36 17,76 63,73 488

Для учащихся с 11 лет и старше

Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160		15,58	17,16	31,02	341
Пельмени «Для Умников и умниц» отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
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 23,76 23,50 72,21 599

Комплекс

Каша пшенная вязкая	130		3,70	4,30	21,00	138
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 4,57 4,52 36,62 207

Комплекс для учащихся с 11 лет и старше

Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Спагетти отварные (м/растит.)	180		6,7	6,1	43,1	254
Сок в ассортименте разливной 1 л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9,0	44

Итого:

55,00 18,62 17,00 73,48 526

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

