

Меню

на 16 мая 2024

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Четверг

Завтрак	Выход	Сто-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Десерт фруктовый (яблоки)	60		0,24	0,24	5,88	28
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	5,61	30,78	204
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
Вафли весовые	1 шт/21		0,82	6,43	13,12	114
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:		35,00	8,88	13,04	73,34	456

Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Десерт фруктовый (яблоки)	60		0,24	0,24	5,88	27
Плов с птицей	40/160		15,44	19,29	45,88	419
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
Итого:		66,80	18,22	18,89	78,59	558

Для учащихся с 11 лет и старше

	90		0,4	0,4	8,8	42
Десерт фруктовый (яблоки)	90		13,5	12	8,4	192
Бифштеке рубленый подомашнему	40/160		15,5	19,3	46	426
Плов с птицей	180		6,8	5,4	43,1	248
Спагетти отварные (масло растит.)	200/8/5		0,05		8,13	34
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с						
Итого:		79,00	25,00	22,22	86,46	650

Комплексе

Каша гречневая вязкая	120		2,83	3,75	17,8	116
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	3,60	3,91	32,56	181

Комплексе для учащихся с 11 лет и старше

Бифштеке рубленый подомашнему	90		13,5	12	8,4	192
Макаронные изделия отварные (м/р)	150		5,64	4,7	36	207
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	20,16	16,87	61,30	475

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

