

Меню

на 16 октября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

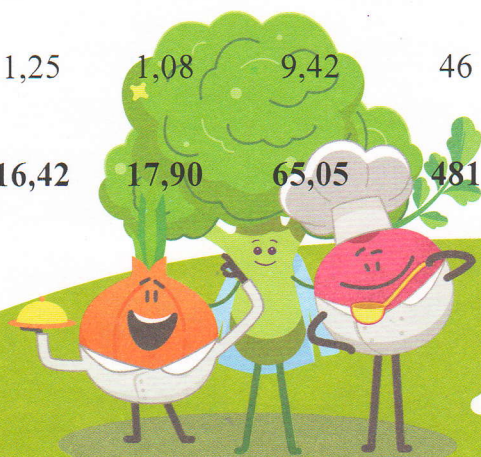
Понедельник

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	177
Напиток из шиповника	180		0,01		9,16	37
Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Батон	26		1,95	0,75	13,36	68
Итого:		35,00	12,59	16,42	60,08	443
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Салат-бар	60					
Помидоры свежие порциями	20					
Фасоль консервированная	10					
Огурцы свежие порциями	20					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Котлеты «Столичные»	90		8,1	4,05	3,4	83
Макаронны отварные с сыром	140		5,39	6,65	29,98	201
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Напиток из замороженной черной смородины	180		0,09	0,04	9,64	40
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/ хлеб ржано- пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	510	66,80	16,42	17,90	65,05	481

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📱 @depta.kz



Меню

на 16 октября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Понедельник

Для учащихся с 11 лет и
старше

Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано- пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
Итого:		79,00	26,05	26,45	625
Комплекс					
Спагетти отварные (с мас. растит.)	150	5,60	5,07	35,90	212
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	6,41	5,23	280

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)224-33-88

@depta.kzn

