

Меню

на 18 апреля 2024

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Четверг

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		5,92	5,56	25,06	181
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Печенье весовое	3 шт/45		3,10	6,21	33,3	201
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:		35,00	14,89	16,49	79,39	535

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, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	33
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
Итого:		66,80	18,26	19,90	78,74	567

Для учащихся с 11 лет и старше

	90		0,4	0,4	8,8	42
Десерт фруктовый (яблоки)						
Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,41	202
Чай черный пакегированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
Итого:		79,00	22,34	24,04	78,81	623

Комплексе

Каша гречневая вязкая	130		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

Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
Макаронные изделия отварные (м/растит.)	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	19,27	18,53	60,70	485

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

