

Меню

на 19 октября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

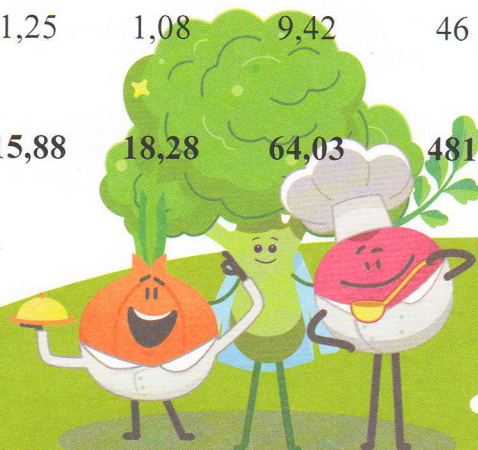
Четверг

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	5,61	17,2	145
Кофейный напиток с молоком	180		2,97	1,35	18,96	108
Батон	32		2,4	0,92	16,44	84
Итого:		35,00	15,16	11,87	52,60	390
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат-бар	60		1,95	6,18	12,3	112
Помидоры свежие порциями	20					
Морковь свежая порциями	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Плов с говядиной	40/120		12,20	10,60	23,09	237
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,70	44
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:		66,80	15,88	18,28	64,03	481

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-43-88

📷 @depta.kzn



Меню

на 19 октября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Четверг

Для учащихся с 11 лет и
старше

Бутерброд с сыром (с батоном)	30\15	2,4	11,7	15,50	178	
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226	
Плов с говядиной	40/120	11,1	13,3	34,5	305	
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46	
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91	
Итого:		79,00	25,21	27,16	82,05	677
Комплекс						
Каша полбяная вязкая	140	3,40	4,30	18,1	125	
Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32	
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33	
Итого:		8,80	4,17	4,46	32,8	190

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)294-33-88

@depta.kzn

