

Меню

на 21 сентября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Четверг

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	181
Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
Батон	20		1,5	0,58	10,28	52
Итого:		35,00	7,99	13,87	54,36	384
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Салат-бар	60		1,56	8,72	5,73	117
Свекла отварная (тертая)	20					
Морковь свежая порциями	20					
Сыр	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Котлеты Домашние	90		7,1	5,1	10,9	118
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Напиток из замороженной черной смородины	180		0,09	0,04	9,64	40
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/ хлеб ржано- пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		66,80	17,88	19,60	85,83	604

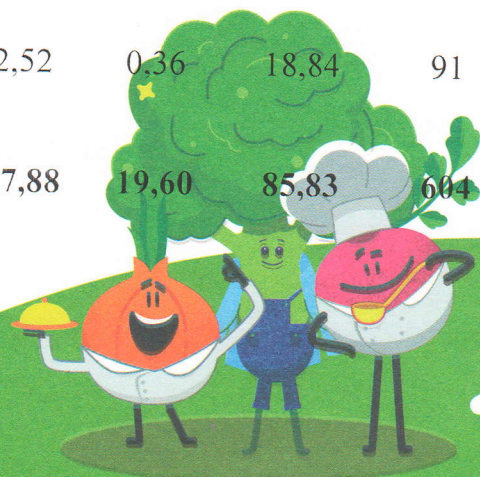
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)264-33-88



poelidovoi@yandex.ru



Меню

на 21 сентября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Четверг

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Для учащихся с 11 лет и старше						
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,8	357
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	80
Итого:		79,00	22,23	27,32	78,22	652
Комплексе						
Каша полбяная вязкая	150		3,54	4,61	19,4	134
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	4,41	4,77	34,1	199

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

