

# Меню

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

## Суббота

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Для учащихся с 11 лет и старше</b>						
Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,9	56
Пельмени «Для Умников и умниц» отварные с соусом Переменка	170/120		20,2	21,7	36,2	422
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,3	11,25	55
<b>Итого:</b>		<b>79,00</b>	<b>23,28</b>	<b>22,70</b>	<b>71,4</b>	<b>592</b>
<b>Комплекс</b>						
Макароны отварные ( с мас. растит.)	140		5,23	4,73	33,51	198
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
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>6,04</b>	<b>4,89</b>	<b>48,4</b>	<b>266</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

