

Меню

на 22 сентября 2023

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

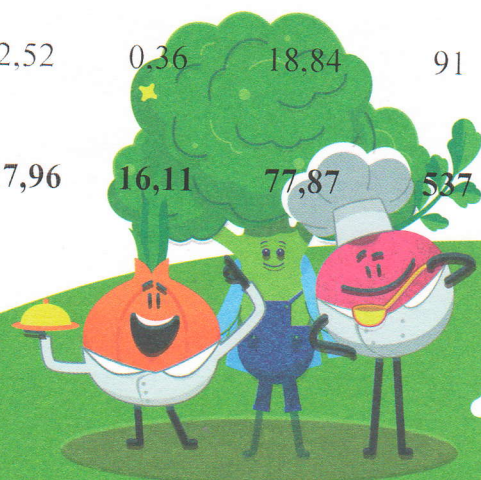
Пятница

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Масло сливочное порциями	10		0,08	7,25	0,13	66
Макаронные изделия отварные с сыром	150		8,99	8,21	32,11	239
Компот из замороженной вишни	180		0,10	0,03	10,41	43
Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Батон	35		2,62	1,01	17,99	92
Итого:		35,00	12,57	22,62	73,10	548
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,32	7,84	38
Салат-бар	60		1,67	6,11	7,09	91
Помидоры свежие порциями	30					
Огурцы соленые	10					
Фасоль консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Биточки рыбные из фарша минтая	90		9,8	2,01	10,2	98
Пюре картофельное	150		3,28	7,28	22	169
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром	180/7		0,01		7,19	29
Компот из плодов сушеных (урюк)	180		0,72	0,06	16,61	71
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/ хлеб ржано- пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		66,80	17,96	16,11	77,87	537

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

на 22 сентября 2023

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Пятница

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Для учащихся с 11 лет и старше						
Салат-бар	100		1,3	6,1	6,5	87
Свекла отварная	40					
Морковь свежая	40					
Горошек зеленый консервированный	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,1	13,4	58
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	30/30		3,78	0,5	23,34	137
Итого:		79,00	29,77	24,84	80,20	690
Комплекс						
Каша пшеничная вязкая	150		4,23	5,01	24,24	159
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,80	5,25	5,22	41,23	235

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

