Меню

на 23 января 2024

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Вторник

Завтрак	Выход	Сто-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изделия отварные с сыром	150		8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		**35,00**	**11,70**	**9,49**	**65,47**	**399**
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Жаркое по-домашнему	40/160		11,24	14,5	28,83	291
Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
Хлебная корзинка (хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	**500**	**66,80**	**14,96**	**15,32**	**75,93**	**508**
Для учащихся с 11 лет и старше						
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Голень запеченная	80		18,20	18,40	0,50	241
Пельмени «Для Умников и умниц» отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1 с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого:		**79,00**	**25,06**	**24,95**	**67,34**	**600**
Комплекс						
Каша пшенная вязкая	130		3,70	4,30	21,00	138
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**	**4,47**	**4,46**	**35,74**	**203**

Директор

Калькулятор

Зав. производством

#poelidovolen

Мобильное приложение «Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

АО«Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»