

Меню

на 23 апреля 2024

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Вторник

Завтрак	Выход	Сто-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Десерт фруктовый (яблоки)	60		0,24	0,24	5,88	28
Макаронные изделия отварные с сыром, маслом	150/5		9,03	11,83	32,16	272
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:		35,00	11,16	12,79	58,87	398

Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Десерт фруктовый	60		0,24	0,24	5,88	28
Жаркое из птицы	40/160		11,39	16,75	29,09	313
Напиток из урюка*	200		0,80	0,06	18,46	78
Хлебная корзинка (хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		66,80	14,95	17,41	72,27	506

Для учащихся с 11 лет и старше

Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
Спагетти отварные (масло растит)	180		6,8	5,4	43,1	248
Пельмени «Для Умников и умниц» отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1 с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого:		79,00	23,85	20,89	76,39	592

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	17		0,85	0,17	7,65	37
Итого:		9,20	4,57	4,52	36,62	207

Комплексе для учащихся с 11 лет и старше

Котлеты «Школьные»	90		11,67	10,52	7,82	169
Спагетти отварные (м/растит.)	180		6,7	6,1	43,1	254
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		55,00	19,13	16,77	67,87	497



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen

Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn 8-(800)-234-33-88