

# Меню

на 23 ноября 2023  
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

## Четверг

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Для учащихся с 11 лет и старше</b>						
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
Плов с куриными грудками	50/150		18,9	22,1	40	442
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
<b>Итого:</b>		<b>79,00</b>	<b>29,11</b>	<b>28,80</b>	<b>76,77</b>	<b>687</b>
<b>Комплекс</b>						
Каша Геркулесовая вязкая	150		4	5,8	20	148
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>5,02</b>	<b>6,01</b>	<b>36,99</b>	<b>224</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

