

Меню

на 25 сентября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Понедельник

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/8		6,26	10,66	15,48	184
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,92	5,56	25,06	181
Чай с молоком	180/7		1,36	0,68	9,35	53
Итого:		35,00	13,54	16,90	49,89	418
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Салат-бар	60		3,91	8,74	6,6	122
Морковь свежая порциями	20					
Капуста белокочанная свежая порциями	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Котлеты «Столичные»	90		8,1	4,05	3,4	83
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5		6,66	9,02	41,91	276
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Напиток из замороженной черной смородины	180		0,09	0,04	9,64	40
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		66,80	18,92	19,62	80,42	580

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

на 25 сентября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Понедельник

Для учащихся с 11 лет и
старше

Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,8	56	
Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,8	357	
Компот из свежих яблок	200	0,08	0,1	11,9	49	
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91	
Итого:		79,00	23,58	24,22	71,68	601
Комплексы						
Макароны отварные (с мас. растит.)	150	5,60	5,07	35,90	212	
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	
Итого:		8,80	6,41	5,23	50,80	280

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

