

# Меню

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

## Понедельник

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Для учащихся с 11 лет и старше</b>						
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
Голень куриная в сливочном маринаде	90		22,7	30,4	1,80	371
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Чай черный	200/8/5		0,05		8,13	34
пакетированный с сахаром, лимоном						
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
<b>Итого:</b>		<b>79,00</b>	<b>27,30</b>	<b>30,63</b>	<b>67,90</b>	<b>660</b>
<b>Комплекс</b>						
Спагетти 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	20		1	0,2	9	44
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>6,66</b>	<b>5,28</b>	<b>53,1</b>	<b>291</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

