

Меню

на 27 ноября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

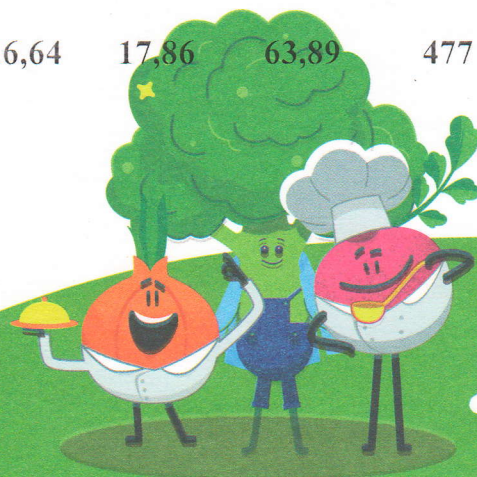
Понедельник

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	181
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:		35,00	12,60	16,43	61,11	452
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Салат-бар	60		1,88	6,08	13,1	115
Капуста белокачанная	20					
Морковь Свежая	20					
Фасоль консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Котлеты «Столичные»	90		8,1	4,05	3,4	83
Макаронные изделия отварные	140		5,39	6,65	29,98	201
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/ хлеб ржано- пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	518	66,80	16,64	17,86	63,89	477

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

на 27 ноября 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Понедельник

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Для учащихся с 11 лет и старше						
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
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
Итого:		79,00	24,58	25,55	66,07	596
Комплекс						
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
Итого:		8,80	6,66	5,28	53,1	291

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

