

# Меню

на 29 декабря 2023  
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

## Пятница

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Для учащихся с 11 лет и старше</b>						
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
Птица запеченная (цыплята)	90		24	21,6	0,8	294
Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
Чай черный	200/8/5/10		0,55	0,05	13,4	58
пакетированный с сахаром, лимоном, урюком						
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
<b>Итого:</b>		<b>79,00</b>	<b>26,66</b>	<b>27,06</b>	<b>74,58</b>	<b>653</b>
<b>Комплекс</b>						
Каша пшеничная вязкая	130		3,70	4,30	21,00	138
Чай с сахаром	200/8		0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>4,47</b>	<b>4,46</b>	<b>35,74</b>	<b>203</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

