

Меню

на 9 декабря 2023
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Суббота

Завтрак	Выход	Сто- ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Для учащихся с 11 лет и старше						
Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,9	56
Сосиски отварные	2 шт/100		10,4	20,1	0,8	226
Спагетти отварные (с м/сливоч)	180		6,77	5,4	43,14	248
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		79,00	29,87	27,07	74,85	630
Комплекс						
Каша гречневая вязкая	130		2,83	3,75	18,82	116
Чай с сахаром	200/8		0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,80	3,60	3,91	32,6	181



8 (800) 234-33-88

poelidovolen.ru

