

Меню

МБОУ "Гимназия №12 имени Ф.Г. Аитовой" Московского района
г.Казани

13 ноября (среда)

Наименование блюд	выход	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Завтрак (комплекс 1)					
Блинчики со сгущенным молоком	45/10	3,19	2,52	19,5	114
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,92	5,56	25,06	181
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
Батон	20	1,5	0,56	10,28	52
Итого:	35				
Горячее бесплатное питание младшие					
Салат из свеклы отварной (с маслом)	60	2,06	0,12	2,28	14
Бифштекс рубленый по домашнему	90	10,69	12,04	15,36	210
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,47	35,9	207
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32
Хлебная пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлебная ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Итого:	66,8				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

МБОУ "Гимназия №12 имени Ф.Г. Аитовой" Московского района
г.Казани

13 ноября (среда)

Наименование блюд	выход	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с сыром	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Салат из свеклы отварной (с маслом)	100	1,42	6,08	8,36	94
Салат из квашеной капусты	100	1,63	5,08	7,72	86
Вторые блюда					
Бифштекс рубленный по домашнему	90	13,49	12,04	8,37	192
Голень запеченая	90	11,1	10,1	11,1	176
Рыба запеченая с сыром (филе)	80/5	15,72	5,76	2,82	127
ГАРНИРЫ					
Макаронные изделия отварные	180	6,72	6,07	43,08	254
Рис отварной	180	4,6	6,52	48,01	269
Овощная смесь отварная	100	3,55	3,32	8,88	80
Напитки					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04		8,13	34
Напиток из шиповника	200	0,01	0,001	10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
ИТОГО:		79			

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

