

Меню

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

15 ноября (пятница)

Наименование блюд	выход	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Завтрак (комплекс 1)					
Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5	4,6	5,08	32,55	201
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
Батон	20	1,5	0,58	10,28	52
Итого:	35				

Горячее бесплатное питание младшие

Ежики рыбные с рисом в томатном соусе	60/30	10,25	8,16	25,36	230
Пюре картофельное	150	3,28	4,65	29,93	174
Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	5,64	54
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,84	49
Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано- пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
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

15 ноября (пятница)

Горячее бесплатное питание младшие

Наименование блюд	выход	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	42	56
Бутерброд с сыром	30/15	6,2	4,9	15,4	131
Салат из белокачанной капусты	100	1,55	5,1	9,4	91
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Ежики рыбные с рисом в томатном соусе	60/30	10,3	8,16	25,36	230
Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,9	2,56	208
Грудка куриная в томатном соусе	50/50	13,84	13,96	3,64	196
Блинчики со сгущенным молоком	180/20	11,34	8,39	66,9	390
ГАРНИРЫ					
Макаронные изделия отварные	180	6,72	6,1	43,08	254
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,5	50,24	291
Пюре картофельное	180	3,94	5,58	26,43	175
Напитки на выбор:					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02		46
хлеб пшеничный 1с, хлеб ржано-пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
Итого:	79				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

