

Меню

на 3 сентября 2024
Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Вторник

Завтрак	Выход	Сто-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		6,34	6,79	28,52	208
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/45/10		3,19	2,52	19,5	114
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		35,00	11,80	10,18	71,42	433
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Жаркое по - домашнему	40/160		12,05	17,93	39,88	370
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,06	1,14	7
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		66,80	15,01	18,35	67,85	500
Для учащихся с 11 лет и старше						
Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с	30/15		6,2	4,90	15,4	131
Жаркое по - домашнему	40/160		11,2	12,43	28,83	273
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,04		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		79,00	20,90	18,26	74,82	559
Комплекс для учащихся с 11 лет и старше						
Чахобили из птицы	50/50		14,65	17,5	6,94	245
Каши рисовая вязкая	150		2,3	4,1	23,94	142
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:		55,00	17,97	21,85	47,78	463

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

