

Меню

на 13 сентября 2024

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Пятница

Завтрак	Выход	Сто-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		6,34	6,79	28,52	208
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:		35,00	10,43	9,79	53,38	352
Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
Ежики рыбные с рисом в томатном соусе	60/30		10,25	8,16	25,36	230
Пюре картофельное	150		3,28	6,1	26,1	172
Салат из белокочанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
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	89
Итого:		66,80	17,00	16,22	87,76	581
Для учащихся с 11 лет и старше						
Бутерброд с сыром, (батон)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
Птица тушенная в томатном соусе	50/50		13,7	13,29	2,51	185
Пюре картофельное	180		3,94	5,58	26,43	175
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	68	91
Итого:		79,00	23,24	21,67	179,4	625
Комплекс						
Спагетти отварные (с мас. растит.)	130		4,85	4,39	31,11	184
Чай с сахаром	180/5		0	0	5,13	21
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		9,20	5,62	4,55	42,99	238
Для учащихся с 11 лет и старше						
Птица в томатном соусе	50/50		13,84	13,96	3,7	196
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,4	41,9	242
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	21,48	19,56	62,50	514

Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovoln.ru

