

Меню

на 25 сентября 2024

Татарская гимназия № 1 им. Г.Тукая

Среда	Завтрак	Выход	Сто-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
	Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,92	5,56	25,06	181
	Блинчики со сгущенным молоком	1 шт/45/10		3,19	2,52	19,5	114
	Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
	Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
	Итого:		35,00	11,00	8,80	65,39	393
	Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие						
	Биштекс рубленый по-домашнему	90		10,69	12,03	15,36	210
	Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
	Овощи натуральные свежие (помидоры) доп. гарнир	30		0,33	0,06	1,14	7
	Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
	Хлебная корзинка (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:		66,80	20,18	17,84	85,20	582
	Для учащихся с 11 лет и старше						
	Бутерброд с сыром (батон)	30/15		6,2	4,9	15,4	131
	Биштекс рубленый по-домашнему	90		10,7	12,03	15,36	210
	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	292
	Напиток из урюка	200		2,52	0,36	68	91
	Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	68	91
	Итого:		79,00	28,97	27,80	131,9	702
	Комплекс						
	Каша полбяная вязкая	110		2,66	3,39	14,2	98
	Чай с сахаром	180/5		0,0	0,0	5,13	21
	Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
	Итого:		9,20	3,43	3,55	26,09	152
	Комплекс для учащихся с 11 лет и старше						
	Голень запечённая	90		22,8	32,6	2,15	393
	Макаронаты отварные (масло растит.)	150		5,6	5,1	35,9	212
	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	29,42	37,88	54,95	681

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

