

Меню

МБОУ "Лицей №78 "Фарватер"
Приволжского района г. Казани

01 марта 2023

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с м.раст	70	4,85	9,8	7,28	137
Икра кабачковая	50	1	4,5	3,9	60
Винегрет овощной	100	1,22	10,16	7,17	126
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченная	75	17,3	10	3,3	171
Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5	13	20	25	331
Рыбный киш	170	24,4	30,22	34,944	510
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90	17,1	17,2	1,2	226
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Картофель запеченный (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Овощная смесь (европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,1	30,56	128
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО: 73.00 руб					

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



А.Т. Урсанова



01 марта 2023

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Нагетсы куриные	4шт/64	13,1	15,7	2,3	200
Пюре картофельное	150	3,3	4,7	22	146
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,0001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 48,00 руб					422

 poelidovolen.ru

А. Т. Урсаковская



Меню

МБОУ "Лицей №78 "Фарватер"
Приволжского района г. Казани

01 марта 2023

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с вермишелью	250	4,7	4,5	20,9	122
Эчпочмак с мясом	100	6	4,9	40	229
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 48,00 руб					416

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



А.Т. Урманчеева

