

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

04 марта 2025

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	90	0,36	0,36	8,82	42
Салат из квашенной капусты	100	1,63	5,08	7,72	86
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом переменка	80/5/5	15,79	6,59	3,025	144
Котлеты столичные запеченые	90	12,61	13,65	7,77	202
Пельмени для Умников и Умниц отварные с маслом	180/5	20,45	16,36	44,197	410
Жаркое из филе куриных грудок	40/160	13,56	16,74	37,67	356
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной	180	4,601	6,52	48,01	269
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34
Компот из свежих плодов, яблоки	200	0,135	0,023	11,15	49
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 89.00 руб					

Ознакомлен.

И.о. директора



Яруллин Э.И.

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

04 марта 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Щи из свежей капусты, картофелем	250	8,05	5,12	37,69	229
Фрикадельки мясные для супов (отварные)	11	2,24	1,9	0,246	27
Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8
Пицца с курицей и сыром	85	14,95	17,6	30	340
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,89	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					680

Ознакомлен.

И.о. директора



Яруллин Э.И.

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

04 марта 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Чахохбили из куриных грудок	50/50	14,65	17,51	6,93	221
Каша рисовая вязкая	180	2,76	4,95	28,72	171
Напиток лимонный	200	0,14	0,016	14,45	61
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					530

Ознакомлен.

И.о. директора



Яруллин Э.И.