

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

04 сентября 2025

| <u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>             | Выход  | Белки  | Жиры  | Угл-ды | Ккал |
|------------------------------------|--------|--------|-------|--------|------|
| <u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>            |        |        |       |        |      |
| Флоды свежые                       | 100    | 0,4    | 0,4   | 9,8    | 47   |
| Салат из свежих помидоров          | 100    | 1,114  | 6,18  | 4,62   | 81   |
| <u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>                |        |        |       |        |      |
| Рыба по-Московски                  | 70/20  | 17,024 | 14,72 | 1,79   | 209  |
| Котлеты куриные нежные             | 90     | 13,85  | 15,98 | 6,94   | 225  |
| Жаркое из филе куриных грудок      | 30/160 | 14,36  | 15,71 | 29,28  | 316  |
| Плов с говядиной                   | 30/160 | 13,4   | 14,44 | 35,065 | 324  |
| Буритос с отварной курицей и сыром | 180    | 17,82  | 32,6  | 29,68  | 487  |
| <u>ГАРНИРЫ</u>                     |        |        |       |        |      |
| Рис мозаика (с овощами)            | 180    | 4,9    | 10,82 | 47,77  | 309  |
| Спагетти отварные                  | 180    | 6,72   | 6,079 | 43,08  | 254  |
| <u>НАПИТКИ</u>                     |        |        |       |        |      |
| Чай пакетированный с сахаром       | 200/8  |        |       | 8,13   | 32   |
| Напиток из урюка                   | 200    | 0,02   | 0     | 7,99   | 42   |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный    | 20/20  | 2,52   | 0,36  | 18,84  | 91   |
| ИТОГО: 89.00 руб                   |        |        |       |        |      |

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

04 сентября 2025

| <u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u> | Выход  | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал |
|----------------------------------|--------|-------|-------|--------|------|
| Жаркое из филе куринх грудок     | 30/160 | 14,36 | 15,71 | 29,28  | 316  |
| Чай с сахаром                    | 200/8  | 0,02  | 0,001 | 7,9    | 32   |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 30     | 1,5   | 0,3   | 13,5   | 77   |
| ИТОГО: 63,00 руб                 |        |       |       |        | 425  |

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева