

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

05 мая 2025

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат мечта	100	2,076	15,23	6,012	170
Яйцо под соусом Переменка, свежими огурцами	48/10/40	6,66	11,29	1,51	134
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба филе по-московски	70/20	17,0	14,7	1,79	209
Мясо болоньезе	100	10,4	11,0	9,69	182
Шашлык из куриных грудок	90	22,0	24,6	1,31	349
Гуляш из куриных грудок	50/50	13,2	13,9	2,51	188
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая с овощами	180	6,54	8,4	49,83	301
Спагетти отварные	180	6,72	6,07	43,08	250
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай с сахаром	200/8			7,98	32
Напиток из урюка	200	0,8	0,064	18,46	79
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	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

05 мая 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с вермишелью	200	2,28	2,43	16,7	99
Эчпочмак с говядиной	100	6	4,94	40,26	229
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,066	0,01	8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
ИТОГО: 63,00 руб					395

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

05 мая 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Гуляш из куриных грудок	50/50	13,24	13,87	2,51	188
Пюре из бобовых	150	17,59	6,21	36,79	274
Печенье сдобное Американер с кунжутом	15	1,24	4,31	9,27	81
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,98	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					652

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчиева