

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

05 сентября 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с сыром	30/15	6,19	4,86	15,42	131
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Фрикассе из куриных грудок	45/45	8,026	8,47	1,236	113
Шашлык из куриных грудок	100	24,47	27,3	1,45	349
Рыба запеченная с сыром, соусом Переменка	100/10/10	23,051	11,47	3,93	212
Гречка с фаршем и овощами	180	16,28	13,6	43,2	360
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша полбяная вязкая	180	янв.00	5,53	23,3	160
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180	6,053	3,68	43,08	254
Картофель запеченный	180	4,2	9,86	34,08	242
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,13	34
Компот их свежих плодов яблоки	200	0,08	0,08	11,94	49
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 сентября 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Гречка с фаршем и овощами	180	16,28	13,6	43,2	360
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,066	0,01	8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					471

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева