

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

05 декабря 2024

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из моркови	100	1,18	1,08	7,26	23
Салат из квашенной капусты	100	1,63	5,086	7,72	86
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) по- Московски	70/20	17,024	14,728	1,79	209
Пельмени "Для умников и умниц" с маслом сливоч	180/5	20,4	16,35	44,19	406
Котлеты из птицы запеченные	90	12,028	13,75	7,071	197
Плов с говядиной	40/160	16,6	19,37	46,06	430
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Ри сотварной	180	4,6	6,51	48,01	269
Спагетти отварные (масло раст)	180	6,72	6,1	43,08	254
Картофель запеченный	180	4,209	9,869	34,0821	242
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04		8,13	34
Напиток из 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: 79.00 руб					

Ознакомлена

Директор



А.Г. Урманчеева

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

05 декабря 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Борщ со свежей капустой	250	1,775	5,166	12,3	103
Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8
Сосиска в тесте	100	10,765	15,56	31,66	312
Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,25	11,25	55
ИТОГО: 55,00 руб					526

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

05 декабря 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Котлеты из птицы запеченные	90	12,02	13,73	7,07	197
Картофель запеченный (с паприкой)	140	3,27	7,67	26,51	188
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 55,00 руб					494

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчеева