

Меню

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

09 апреля 2024

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42
Салат-бар	60	0,75	5,1	1,7	55
помидоры свежие	40				
кукуруза консервированная	15				
масло растительное	5				
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Жаркое из птицы	40/160	11,39	16,75	29,09	313
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	60/5/5	14,9	8,8	0,2	139
Котлеты "Школьные"	90	11,5	9,9	9,6	172
Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,9	2,6	208
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные (масло раст)	180	6,72	6,1	43,1	248
Капуста тушеная	180	4,32	7,4	18,24	160
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68
ИТОГО: 79.00 руб					

Согласовано.

Директор



А.Т. Урманчеев

Меню

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

09 апреля 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Десерт фруктовый	90	0,4	0,4	8,8	42
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметан	250/10	2,08	6,8	9,3	107
Маффин классический	50	3,92	15,1	28,19	264
Напиток из шиповника	200	0,01		10,18	41
Хлеб пшеничный (белый)	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					498

Согласовано

Директор



А.Т. Урманчеев

Меню

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

09 апреля 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Котлеты "Школьные"	90	11,67	10,52	7,82	169
Спагетти отварные (с маслом слив)	180	6,7	6,1	43,1	254
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 55,00 руб					497

Согласовано

Директор



А.Т. Урманчеева