

Меню

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

09 ноября 2023

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>					
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие					
Бутерброд с сыром (с батоном)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат "Столичный" с соусом Переменка	25/15	6,2	4,9	15,4	131
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>	75	4,97	12,09	5,0625	149
Рыба запеченная с овощами	90/30	19,0	11,9	3,10	196
Котлеты аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8,00	216
Гуляш из куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,20	209
Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1,00	332
Плов с куриными грудками	50/150	18,9	22,1	40,00	442
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Ри сотварной	180	4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные (масло слив)	180	6,72	6,1	43,1	254
Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44	175
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
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. Урманчеева

Меню

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

09 ноября 2023

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,56	6,9	17,26	142
Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0,02	11,2	46
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					500

Согласовано
Директор



А. Т. Урманчеева

Меню

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

09 ноября 2023

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Цыплята запеченные	90	24,03	21,6	0,8	294
Рагу овощное	100	1,9	5,1	11,2	99
Напиток из урюка	200	0,8	0,06	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					516

Согласовано
Директор



А.Т. Урманчеева