

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

11 ноября 2024

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Флоды свежле (яблокл)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из морковл	100	1,182	1,086	7,266	20
Салат из белокачанной капустл	100	1,552	5,085	9,408	91
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба филе по-московскл	70/20	18,0	7,0	3,53	150
Котлетл Аппетитные мясо-куринел	90	10,0	12,7	10,98	198
Плов с говядиной	40/160	16,6	19,4	46,06	430
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,5	50,25	291
Макаронные изделия отварные (масло раст)	180	6,72	6,1	43,08	195
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34
Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржанол-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

11 ноября 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный	250	2,52	2,97	19,8	117
Эчпочмак с говядиной	100	6	4,93	40,266	229
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 55,00 руб					455

Ознакомлена

Директор



А.Г. Урманчеева

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

11 ноября 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плов с говядиной	40/160	16,6	19,37	46,04	428
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
ИТОГО: 55,00 руб					493

Ознакомлена:
Директор



А.Г. Урманчеева