

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

11 декабря 2024

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	90	0,48	0,48	11,76	56
Салат из свеклы от варий (с маслом)	100	1,425	6,089	8,36	94
Салат из белокачанной капусты	100	1,552	5,085	9,408	91
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченая с сыром	75/5	14,82	6,61	2,65	138
Голень запеченная	90	22,79	30,606	2,154	393
Биштекс рубленый по-домашнему запеченый	90	10,69	12,037	15,36	184
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной	180	4,601	6,52	48,017	269
Спагетти отварные (масло раст)	180	6,72	6,1	43,08	254
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04		8,13	34
Напиток из урюка	200	0,02	0	7,99	32
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

11 декабря 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Рассольник Ленинградский	250	2,285	5,385	16,925	126
Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16
Пицца с сыром	85	13,6	11,4	23,7	252
Напиток из урюка	200	0,8	0,064	18,46	79
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					517

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

11 декабря 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Сосиски отварные	50	5,7	7,86	4,4	113
Каша гречневая вязкая	150	6,62	5,39	41,87	242
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					520

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчеева