

11 декабря 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР					
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)					
Яйцо под соусом Переменка	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат Любительский	48/10	6,38	11,25	0,75	130
ВТОРЫЕ БЛЮДА	100	1,55	8,41	4,68	102
Рыба (филе) по-Московски					
Фрикассе из филе грудок индейки	70/20	17,02	14,72	1,79	209
Тефтели куриные "Лакомка" в соусе для запекания	45/45	9,02	7,04	3,33	114
Пельмени из мяса птицы отварные с маслом	60/30	9,76	16,91	9,11	228
ГАРНИРЫ	180/5	21,01	20,55	44,19	337
Рис отварной					
Макаронные изделия отварные	180	4,6	6,52	48,01	269
НАПИТКИ	180	6,48	4,64	35,16	254
Чай пакетированный с сахаром					
Компот из замороженной компотной смеси	200/8			7,98	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	200	0,135	0,023	11,15	46
ИТОГО: 89.00 руб	20/20	2,52	0,36	18,84	91

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчева

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

11 декабря 2025

ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Тефтели куриные "Лакомка" в соусе для запекания	60/30	9,76	16,9	9,117	228
Каша полбяная вязкая	150	3,59	4,61	19,42	134
Напиток из вишни	200	0,012	0,001	10,178	48
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					487

Ознакомлена
Директор



А.Г. Урманчеева

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

11 декабря 2025

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с вермишелью	250	2,86	3,048	20,87	123
Фрикадельки из птицы отварные	11	2,51	2,154	0,123	30
Сосиски в тесте (крученые)	100	10,5	15,23	32,1	310
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,135	0,023	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					553

Ознакомлена
Директор



А.Г. Урманчеева