

Меню

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

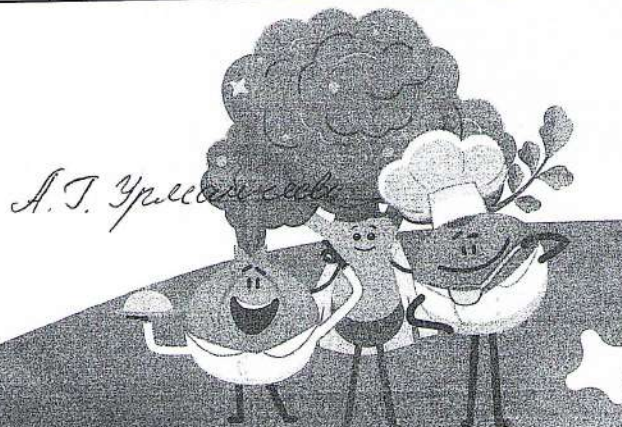
12 января 2023

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат картофельный с солен.огурцами, зел. горошком	100/5	1,46	5,3	9,83	93
Салат "Бурячок" (свекла отвар, яблоки, кукуруза кон, мас.р.)	100	1,5	8,6	9	121
Салат с фасолью (фасоль конс, морковь отв, огурцы сол, м/р)	100	3,1	8,4	8,6	123
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Люля кебаб	80	14,3	13,1	5,50	195
Рыба запеченная с овощами	75/25	15,8	9,9	2,61	163
Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,60	525
Гуляш из куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,24	209
Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,80	391
Гречка с фаршем и овощами	230	20,8	17,4	55,20	460
Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,60	525
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,4	43,13	248
Картофель тушеный	180	3,9	12,7	29,4	249
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
ИТОГО: 73.00 руб					

/Директор *Согласовано*
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

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

12 января 2023

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Щи из св.капусты с картофелем с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/10	5,6	9,7	9,8	149
Кекс волжский	50	3	10,4	29,8	211
Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,1	30,6	128
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 48,00 руб					532

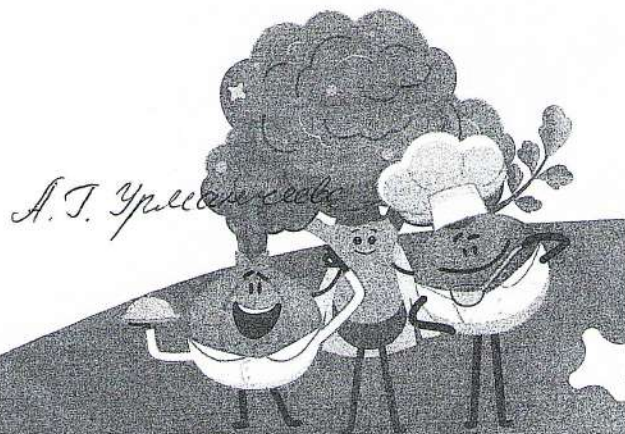
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



Меню

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

12 января 2023

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Цыплята запеченные	100	26,7	24,5	1	332
Рис отварной	150	3,8	5,4	40	224
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 48,00 руб					621

Директор *согласен*
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

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

12 января 2023

<u>ГОРЯЧЕЕ бесплатное питание (младшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Масло сливочное порциями	10	0,08	7,25	0,08	66
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Запеканка рисовая из творога	150	12,89	11,1	42,37	320
Кисель из концентрата	200			13,1	53
Батон	25	1,88	0,72	12,85	66
ИТОГО: 62,10 руб					561

Директор *Согласовано*
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



А.Т. Урманчеева



Меню

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

12 января 2023

<i>Горячее бесплатное питание младшие</i>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Свекла отварная (дольками) с маслом	60	0,85	3,65	5,02	56
Гуляш из куриных грудок	50/50	8,05	9,27	3,13	128
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,62	5,39	41,87	242
Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,08	10,56	47
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35
ИТОГО: 62,10 руб					599

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

