

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

12 марта 2025

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	90	0,36	0,36	8,82	42
Свекла отварная дольками (с маслом)	100	2,21	2,26	1,9	37
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченная с сыром	75/5	14,82	6,61	2,65	138
Голень запеченная	90	22,79	30,606	2,154	393
Бифштекс рубленый по-домашнему запеченый	90	10,69	12,037	15,36	185
Грудка куриная по-французски	180	17	28,89	16,9	397
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,47	50,24	291
Макаронные изделия отварные	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: 89.00 руб					

Ознакомлен.
И.о. директора

Яруллин Э.И.



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

12 марта 2025

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Рассольник Ленинградский	250	6,62	9,23	42,48	280
Фрикадельки мясные для супов (отварные)	11	2,24	1,9	0,246	27
Пицца с сыром	85	13,6	11,4	23,7	252
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,98	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					635

Ознакомлен.
И.о. директора



Яруллин Э.И.

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

12 марта 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	90	0,36	0,36	8,82	42
Сосиски отварные	50	4,35	5,75	2,2	78
Каша гречневая рассыпчатая	180/5	7,98	10,1	50,28	324
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	12,43	52
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					573

Ознакомлен.
И.о. директора



Яруллин Э.И.