

Меню

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

12 сентября 2024

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с сыром (батон)	30/15	6,2	4,9	15,4	131
Салат-бар огурцы свежие капуста свежая масло растительное	100	1,27	5,1	3,34	77
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченная	75	17,29	9,89	3,28	171
Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30	12,8	13,93	11,73	223
Плов с птицей	40/160	15,4	19,3	45,88	426
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Макаронные изделия отварные мр	180	6,72	6,1	43,08	254
рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04		8,13	34
Напиток из шиповника	200	0,01		10,18	41
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 79.00 руб					

Ознакомлена

Директор



[Signature]

А. Т. Урманчеев

Меню

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

12 сентября 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Тефтели мясные в томатном соусе	60/30	12,79	13,93	11,73	223,45
Картофель запеченный	150	3,51	8,3	28,4	202
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					501

Ознакомлена
Директор



А. Т. Урманчеева

Меню

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

12 сентября 2024

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Борщ со свежей капустой, со сметаной	250/5	9,4	10,66	27,5	244
Пицца с сыром	85	13,6	11,4	24	252
Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 55,00 руб					621

Узнакомлена

Директор



А.Т. Урманчеев