

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

13 января 2025

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	90	0,636	0,36	8,82	42
Салат из моркови	100	3,43	0,2	3,8	23
Салат из белокачанной капусты	100	1,552	5,085	9,408	91
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба филе по-московски	70/20	17,0	14,7	1,79	209
Котлеты Аппетитные запеченные	90	13,8	14,8	7,99	216
Плов с говядиной	40/160	15,4	19,3	51,20	430
Медальоны из куриных грудок с сыром	80/5	21,8	23,9	1,81	310
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,5	50,25	291
Спагетти отварные	180	6,72	6,079	43,083	254
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	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					

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

13 января 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с вермишелью	250	3,57	5,93	44,84	250
Эчпочмак с говядиной	100	6	4,94	40,26	229
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					555

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

13 января 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плов с куриными грудками	50/150	15,44	19,29	45,88	439
Напиток из замороженной клюквы	200			9,98	40
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					556

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчеева