

Меню

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

13 ноября 2023

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,5	178
Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5	6,5	11,3	1,1	132
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) по-Московски	80/20	20,2	14,5	1,90	220
Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,80	199
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампур	80	15,2	15,3	1,07	201
Лазанья с мясом	200	21,7	28,0	36,80	493
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Макаронные изделия отварные (м.сл)	180	6,8	5,4	43,1	248
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Овощная смесь (европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай с сахаром, с сахаром	200/8/5	0,05		8,13	34
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68
ИТОГО: 79.00 руб					

Согласовано.

Директор




А.Т. Урманчеев

зав. к.р.

Меню

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

13 ноября 2023

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Суп картофельный	250	2,52	3	19,8	117
Сосиски в тесте	100	10,76	15,6	31,66	312
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					552

Согласовано

Директор

Зав. пр.



А.Т. Урманчеева

Меню

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

13 ноября 2023

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Гуляш из филе куриных грудок	45/45	13,2	13,8	3	189
Рис отварной	150	3,8	5,4	40	224
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					489

Согласовано

Директор



[Signature]

А.Т. Урманчеева

Зав. пр

[Signature]