

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

13 ноября 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
Салат из свеклы от варнь (с маслом)	100	1,425	6,089	8,36	94
Салат из белокачанной капусты	100	1,552	5,085	9,408	91
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченная с сыром	75/5	14,82	6,61	2,65	130
Голень запеченная	90	22,79	30,606	2,154	393
Бифштекс рубленый по-домашнему запеченный	90	10,69	12,037	15,36	210
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,95	6,48	50,25	291
Спагетти отварные (масло раст)	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 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



А.Г. Урманчеева

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

13 ноября 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Рассольник Ленинградский	250	2,285	5,385	16,925	126
Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8
Сосиски в тесте	100	10,76	15,56	31,66	310
Напиток яблочный	200			13,1	52
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 55,00 руб					573

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

13 ноября 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Голень запеченная	90	22,79	32,61	2,162	393
Каша гречневая вязкая	150	3,462	4,634	21,79	143
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
ИТОГО: 55,00 руб					601

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчеева