

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

15 января 2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд горячий с сыром	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Салат витаминный	100	1,31	5,16	11,18	98
Салат из свеклы отварной (с маслом)	100	1,42	6,08	8,36	93
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Горбуша по-московски	80/20	20,22	15,94	1,79	232
Котлеты куриные нежные запеченные с сыром	90/10	13,57	12,86	11,18	215
Наггетсы куриные	96	18,79	18,84	4,02	257
Плов с говядиной	30/160	13,4	14,44	35,065	338
Оладьи со сгущенным молоком 2шт	70	1,57	5,54	11,81	103
ГАРНИРЫ					
Рис отварной	180	4,26	6,47	44,46	269
Спагетти отварные	180	6,72	6,079	43,08	254
Картофель запеченный	180	4,2	9,86	34,08	242
НАПИТКИ					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			8,13	32
Напиток из урюка	200	0,02	0	7,99	42
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 93.00 руб					

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

15 января 2026

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с вермишелью	250	2,86	3,048	20,87	123
Фрикадельки из птицы (отварные)	11	2,51	2,154	0,123	30
Гренки из пшеничного хлеба	5	0,59	0,06	3,87	19
Сосиски в тесте (крученые)	100	10,5	15,23	32,1	310
Напиток из шиповника	200	0,1	0,1	10,17	41
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 66,00 руб					567

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

15 января 2026

Горячий завтрак (старшие)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Котлеты куриные нежные	90	13,85	15,98	6,94	225
Каша полбяная	150	5,38	6,1	29,12	193
Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 66,00 руб					490

Ознакомлена,

Директор



А.Г. Урманчиева