

Меню

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

15 февраля 2024

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>					
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)					
Салат -бар	100	0,4	0,4	9,8	47
капуста белокачанная	100	1,5	5,1	4,6	72
морковь свежая	50				
масло растительное	45				
	5				
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Котлеты мясо-картофельные					
Рыба запеченная с овощами	90	12,3	11,1	8,3	179
Шашлык куриный на шампуре	90/30	19	11,9	3,1	196
Плов с говядиной	80	15,2	15,3	1,07	201
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив	40/160	11,1	13,3	34,5	305
	180/5	21,4	17,9	37,733	398
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Спагетти отварные (с маслом слив)					
Рис отварной	180	6,72	6,1	43,1	254
Рагу овощное	180	4,6	6,5	48	269
	180	3,36	9,2	20,2	178
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай черный с сахаром					
Напиток из урюка	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	200	1,8	0,1	18,5	79
ИТОГО: 79.00 руб	20/15	2,14	0,32	16,38	79

Согласовано.

Директор

зав



А.Т. Урманчеева

Меню

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

15 февраля 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Гуляш из птицы	45/45	13,2	13,8	3	189
Рагу овощное	150	2,8	7,6	16,8	149
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					414

Согласовано.

Директор

зав пр



А.Т. Урманчеева

Меню

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

15 февраля 2024

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Суп картофельный с горохом, с мясн. Фрикаделька	200/11	6,52	6	15,5	143
Кекс Волжский	50	3	10,4	29,8	221
Напиток из урюка	200	0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 55,00 руб					523

Сотсеева И.

Директор

зав.пр



А.Т. Урманчиева