

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

16 мая 2025

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из белокачанной капусты	100	1,6	5,08	9,18	90
Яйцо под соусом Переменка, свежими огурцами	48/10/40	6,66	11,29	1,51	134
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Гуляш из куринх грудок	50/50	13,24	13,87	2,51	188
Гречка с фаршем и овощами	200	18,09	16,22	48,006	410
Рыба запеченая с сыром, соусом Переменка	80/5/5	17,64	6,73	3,02	144
Жаркое по-домашнему	40/160	22,68	18,1	39,88	397
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Макароны отварные (м/сл)	180	6,8	5,4	43,1	254
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,47	50,24	291
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Кисель из концентрата	200			13,1	53
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

16 мая 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,87	5,54	19,28	151
Фрикадельки для супов (отварные)	11	2,24	1,9	0,246	27
Булочка домашняя с курицей и картошкой	80	8,44	12,73	30,62	272
Напток из шиповника	200	0,012	0,001	10,178	41
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					535

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

16 мая 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Гуляш из куриных грудок	50/50	13,24	13,87	2,51	188
Рис мозаика (с овощами)	150	3,27	8,45	30,27	211
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,98	32
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					563

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева