

Меню

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

16 октября 2023

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
Салат - бар	100	2	6,2	8,1	97
помидоры свежие	40				
огурцы свежие	40				
фасоль консервированная	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) по-Московски	85/20	21,4	14,9	1,90	227
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	12,4	13,5	7,80	199
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампур	90	17,1	17,2	1,20	226
<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	200/8			8	32
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
ИТОГО: 79.00 руб					

Составлено.

Директор
Зав. пр



А. Т. Урманчеева

Меню

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

16 октября 2023

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	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	30	1,5	0,3	13,5	66
ИТОГО: 55,00 руб					574

Солмаево А. А.

Директор

Зав. гр.



А. Т. Урманчеева

Меню

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

16 октября 2023

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Шашлычок из куриных грудок (с Переменкой, на шампур	70	13,3	13,4	0,9	176
Рис отварной	100	2,6	3,6	26,7	150
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 55,00 руб					391

Согласовано.

Директор

зав пр



А.Т. Урманчеева