

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

16 декабря 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 моркови	100	1,182	1,086	7,266	23
Салат из белокачанной капусты	100	1,552	5,085	9,408	91
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба по-московски	70/20	18,1	7,0	3,53	209
Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30	12,8	13,9	11,73	223
Шашлык из куриной грудки	90	22,0	24,6	1,31	314
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной	180	4,601	6,521	48,017	269
Макаронные изделия отварные	180	6,053	4,882	43,087	240
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай с сахаром	200/8			8	32
Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
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

16 декабря 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный	250	2,52	2,97	19,8	117
Эчпочмак с говядиной	100	10,323	10,074	34,43	272
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					465

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчиева

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

16 декабря 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды и ягоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Сосиски отварные	50	5,7	7,86	4,4	110
Спагетти отварные	150	5,601	5,068	35,9	212
Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 55,00 руб					506

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчиева