

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

16 декабря 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд горячий с сыром (батон в/с)	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Салат из свеклы отварной (с маслом)	100	1,42	6,08	8,36	94
Салат из моркови с яблоками	100	0,99	10,14	8,78	132
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Рыба (филе) по-московски	70/20	17,02	14,72	1,79	209
Голень запеченная	90	22,79	24,68	1,58	319
Нагетсы куриные	80	15,66	15,7	3,35	214
Жаркое по-домашнему	30/160	12,61	13,61	28,79	289
Оладьи со сгущенным молоком 2шт	70	2,27	5,43	14,81	117
Сосиски отварные	100	12,2	10,26	3	156
ГАРНИРЫ					
Рис отварной	180	4,601	6,52	48,01	269
Спагетти отварные	180	6,72	6,07	43,08	254
НАПИТКИ					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			7,98	32
Компот из свежих плодов, яблоки	200	0,135	0,023	11,15	49
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 декабря 2025

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,87	5,54	19,28	151
Фрикадельки отварные из птицы	11	2,51	2,15	0,123	30
Гренки из пшеничного хлеба	5	0,599	0,06	3,87	19
Пицца с курицей и сыром	85	15,09	16,6	27,06	318
Напиток из урюка	200	0,8	0,06	9,46	42
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					641

Ознакомлена

Директор



А.Г. Урманчева

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

16 декабря 2025

Горячий завтрак (старшие)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Голень запеченная	90	22,75	24,68	1,58	319
Каша рисовая вязкая	150	2,3	4,12	23,94	142
Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					591

Ознакомлена

Директор



А.Г. Урманчиева