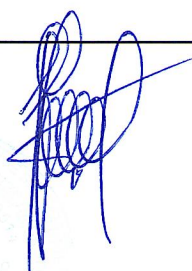


МБОУ "Лицей №78 "Фарватер"  
Приволжского района г. Казани

18 марта 2025

| <b>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>                           | <b>Выход</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Угл-ды</b> | <b>Ккал</b> |
|--------------------------------------------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------|
| <b><u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u></b>                   |              |              |             |               |             |
| Фрукты свежие (яблоки)                           | 90           | 0,36         | 0,36        | 8,82          | 42          |
| Салат из квашенной капусты                       | 100          | 1,63         | 5,08        | 7,72          | 86          |
| <b><u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u></b>                       |              |              |             |               |             |
| Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом переменка | 80/5/5       | 15,79        | 6,59        | 3,025         | 144         |
| Котлеты столичные запеченные                     | 90           | 12,61        | 13,65       | 7,77          | 202         |
| Пельмени для Умников и Умниц отварные с маслом   | 180/5        | 20,45        | 16,36       | 44,197        | 410         |
| Жаркое из филе куриных грудок                    | 40/160       | 13,56        | 16,74       | 37,67         | 356         |
| <b><u>ГАРНИРЫ</u></b>                            |              |              |             |               |             |
| Рис отварной                                     | 180          | 4,601        | 6,52        | 48,01         | 269         |
| <b><u>НАПИТКИ</u></b>                            |              |              |             |               |             |
| Чай пакетированный с сахаром, лимоном            | 200/8/5      | 0,045        | 0,005       | 8,134         | 34          |
| 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          |
| <b>ИТОГО: 89.00 руб</b>                          |              |              |             |               |             |

Ознакомлен.  
И.о. директора



Яруллин Э.И.



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

18 марта 2025

| <u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u> | Выход | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал |
|----------------------------------|-------|-------|-------|--------|------|
| Чахохбили из куриных грудок      | 50/50 | 14,65 | 17,51 | 6,93   | 221  |
| Каша рисовая вязкая              | 180   | 2,76  | 4,95  | 28,72  | 171  |
| Напиток лимонный                 | 200   | 0,14  | 0,016 | 14,45  | 61   |
| Хлеб ржано- пшеничный            | 30    | 1,5   | 0,3   | 13,5   | 77   |
| ИТОГО: 63,00 руб                 |       |       |       |        | 530  |

Ознакомлен.

И.о. директора



Яруллин Э.И.



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

18 марта 2025

| <b><u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u></b>           | <b>Выход</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Угл-ды</b> | <b>Ккал</b> |
|-----------------------------------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------|
| Щи из свежей капусты, картофелем        | 250          | 8,05         | 5,12        | 37,69         | 229         |
| Фрикадельки мясные для супов (отварные) | 11           | 2,24         | 1,9         | 0,246         | 27          |
| Сметана                                 | 5            | 0,13         | 0,75        | 0,18          | 8           |
| Пицца с курицей и сыром                 | 85           | 14,95        | 17,6        | 30            | 340         |
| Чай с сахаром                           | 200/8        | 0,021        | 0,005       | 7,89          | 32          |
| Хлеб ржано-пшеничный                    | 20           | 1            | 0,2         | 9             | 44          |
| <b>ИТОГО: 63,00 руб</b>                 |              |              |             |               | <b>680</b>  |

Ознакомлен.

И.о. директора



Яруллин Э.И.