

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

18 ноября 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	20
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	150
Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30	12,8	13,9	11,73	223
Котлеты из птицы запеченные	90	12,0	13,7	7,07	197
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной	180	4,601	6,521	48,017	269
Спагетти отварные	180	6,72	6,079	43,083	254
<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

18 ноября 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
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
ИТОГО: 55,00 руб					443

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

18 ноября 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	6	4,93	40,26	229
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 55,00 руб					455

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева