

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

18 декабря 2024

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Свекла отварная(дольками) с маслом	100	2,21	2,26	1,9	37
Салат из белокачанной капусты	100	1,552	5,085	9,408	91
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба запеченая с сыром	80/5	15,72	5,76	2,82	146
Чикен	90	9,1	10,11	18,09	176
Голень запеченая	90	22,79	32,61	2,154	393
Запеканка картофельная с мясом	200	14,53	18,29	28,57	335
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша полбяная рассыпчатая	180	6,46	7,32	34,95	231
Макаронные изделия отварные	180	6,72	6,079	35,083	240
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,98	32
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	12,43	52
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 декабря 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Рассольник Ленинградский	250	2,285	5,385	16,925	126
Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8
Пицца с сыром	85	13,6	11,4	23,7	252
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,94	49
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					487

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчеева

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

18 декабря 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Запеканка картофельная с мясом	160	11,63	14,63	22,85	268
Напиток из урюка	200	0,02	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 55,00 руб					377

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчиева

