

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

18 декабря 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b>					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд горячий с сыром	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Яйцо под соусом Переменка	48/10	6,38	11,25	0,75	130
Салат из свклы отварной ( с маслом)	100	1,42	6,08	8,36	94
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
Рыба по-Московски	70/20	17,024	14,72	1,79	209
Котлеты куриные нежные	90	11,55	8,28	6,94	149
Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30	9,81	11,74	6,67	172
Плов с говядиной	30/160	13,4	14,44	35,065	338
Оладьи со сгущенным молоком 2шт	70	1,08	3,08	7,95	64
<b>ГАРНИРЫ</b>					
Рис отварной	180	4,26	6,47	44,46	269
Спагетти отварные	180	6,72	6,079	43,08	254
Картофель запеченый	180	4,2	9,86	34,08	242
<b>НАПИТКИ</b>					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			8,13	32
Напиток из урюка	200	0,02	0	7,99	42
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91
<b>ИТОГО: 89.00 руб</b>					

Ознакомлена

Директор



А.Г. Урманчеева

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

18 декабря 2025

Горячий завтрак (старшие)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Котлеты куриные нежные	90	13,85	15,98	6,94	225
Каша полбяная вязкая	150	3,59	4,61	19,42	134
Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
<b>ИТОГО: 63,00 руб</b>					<b>484</b>

Ознакомлена  
Директор



А.Г. Урманчеева

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

18 декабря 2025

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с вермишелью	250	2,86	3,048	20,87	123
Фрикадельки из птицы (отварные)	11	2,51	2,154	0,123	30
Сосиски в тесте (крученые)	100	10,5	15,23	32,1	310
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	12,43	52
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
<b>ИТОГО: 63,00 руб</b>					<b>559</b>

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева