

Меню

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

19 января 2024

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с сыром (батон)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
Салат-бар	100	1,5	5,1	5,5	75
капуста свежая	50				
морковь свежая	45				
смасло растительное	5				
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченая с сыром	75/5	17,5	10,6	2,5	175
Котлеты Школьные	90	12,4	13,5	7,8	199
Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
Курица по-французски	180	17	28,9	16,9	397
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные	180	6,8	5,4	43,1	248
Пюре картофельное	150	3,3	4,7	22	146
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/7	0,4	0,03	11,8	51
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	30/30	3,78	0,5	28,26	137
ИТОГО: 79.00 руб					

Согласовано

Директор



А.Т. Урманчеева

Меню

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

19 января 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Птица запеченная (цыплята)	80	21,36	19,2	0,711	261
Рис отварной	120	3,07	4,3	32	180
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					517

Согласовано.

Директор



А.Т. Урманчеева

зав. пр. Урманчеева

Меню

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

19 января 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10	2,04	6,7	12,66	119
Пирожное Медовое	50	3,78	14,4	22,32	234
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
ИТОГО: 55,00 руб					498

Согласовано

Директор



А.Т. Урманчеева

Зав. пр.