

Меню

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

19 марта 2024

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР					
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие					
Салат-бар	90	0,4	0,4	8,8	42
свекла отварная	80	2,7	6,6	6,9	98
кукуруза консервированная	45				
сыр	25				
масло растительное	5				
	5				
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/8/8	19,8	14,2	3,2	221
Голень запеченная	80	18,2	18,4	0,5	241
Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,9	2,6	208
Жаркое по домашнему (с говядиной)	40/160	11,2	12,4	28,8	273
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной					
Спагетти отварные (с маслом слив)	180	4,6	6,5	48	269
Капуста тушеная	180	6,72	6,1	43,1	254
	180	4,32	7,4	18,24	160
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном					
Напиток из вишни	200/8/5	0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	200	0,12	0	11,6	48
ИТОГО: 79.00 руб	15/15	1,89	0,25	14,13	68

Согласовано.

Директор



А.Т. Урманчеева

Меню

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

19 марта 2024

ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
Спагетти отварные (м/раст)	180	6,7	6,1	43,1	254
Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано- пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					526

Согласовано

Директор



А.Т. Урманчиева

Меню

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

19 марта 2024

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Десерт фруктовый	90	0,4	0,4	8,8	42
Щи из свежей капусты, картофелем, сметаной	250/5	1,95	6	9,12	99
Пирожное Медовое	50	3,78	14,4	22,32	234
Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					472

Согласовано.

Директор



А.Т. Урманчеева