

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

20 марта 2025

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Фрукты свежие	90	0,48	0,48	11,76	42
Салат из квашенной капусты	100	1,63	5,08	7,7	86
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба по-Московски	70/20	18,005	7,039	3,53	209
Котлеты из птицы запеченные	90	12,028	13,73	7,07	197
Пельмени для Умников и Умниц с маслом сливочным	180/5	20,4	16,35	44,19	411
Плов с говядиной	40/160	16,25	20,3	53,89	453
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной	180	4,6	6,52	48,01	269
Картофель запеченный	180	4,209	9,869	34	242
Спагетти отварные	180	6,72	6,079	43,08	254
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
Напиток из урюка	200	0,02	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 89.00 руб					

Ознакомлен.
И.о. директора

Яруллин Э.И.

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

20 марта 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Борщ с капустой и картофелем	250	5,7	5,66	40,3	235
Фрикадельки мясные для супов (отварные)	11	2,24	1,9	0,246	27
Сосиска в тесте	100	10,76	15,56	31,66	312
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,135	0,023	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,25	11,25	55
ИТОГО: 63,00 руб					675

Ознакомлен.

И.о. директора



Яруллин Э.И.

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

20 марта 2025

ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Котлеты из птицы запеченные	90	12,028	13,73	7,071	197
Картофель запеченный	180	4,209	9,86	34,08	242
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					548

Ознакомлен.
И.о. директора

Яруллин Э.И.

