

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

20 ноября 2024

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из свеклы отварной	100	1,42	6,089	8,36	94
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	127
Чикен	90	9,1	10,11	18,09	202
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 гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,47	50,24	291
Макаронные изделия отварные	180	6,72	6,079	35,083	195
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,98	32
Напиток из вишни	200	0,012	0,001	10,178	48
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

20 ноября 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Запеканка картофельная с мясом	170	12,357	15,552	24,286	285
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
ИТОГО: 55,00 руб					350

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчиева

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

20 ноября 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
Сосиски в тесте	100	10,76	15,56	31,66	310
Напиток яблочный	200			13,1	52
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 55,00 руб					573

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева