

Меню

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

20 декабря 2022

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40	10,2	10,8	8,5	173
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	108
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 48,00 руб					498

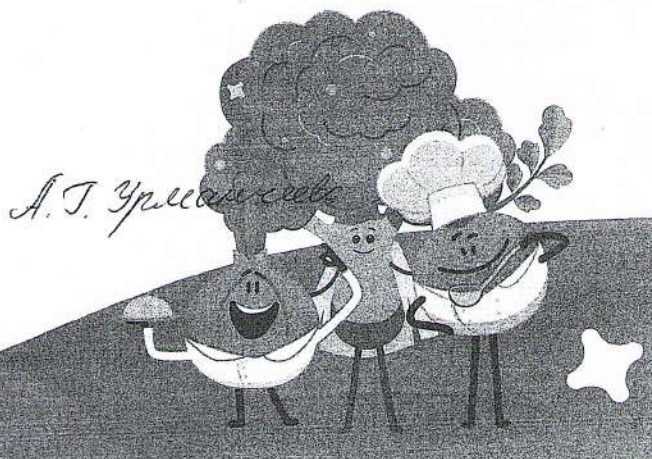
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



Меню

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

20 декабря 2022

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК (младшие)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Блинчики со сгущенным молоком	45/10	3,19	2,52	19,5	114
Жаркое из птицы	40/140	11,77	12,05	22,53	250
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35
ИТОГО: 62,10 руб					536

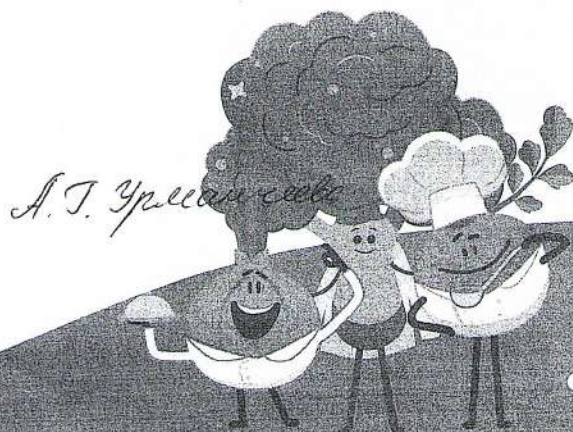
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



Меню

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

20 декабря 2022

<u>ГОРЯЧЕЕ бесплатное питание (младшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Масло сливочное порциями	10	0,08	7,25	0,08	66
Макаронные изделия отварные с сыром, маслом	180/5	11,82	6,47	19,58	184
Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	2шт/30	2,73	3,62	14,32	101
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Батон	25	1,88	0,72	12,85	66
ИТОГО: 62,10 руб					505

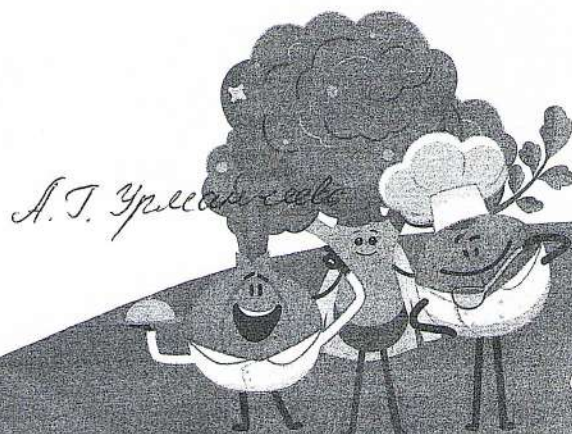
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



Меню

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

20 декабря 2022

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	100	1,43	6,09	8,36	94
Салат "Мечта" (капуста бел, кукуруза, з/горошек, м.)	100	2,08	15,24	6	170
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80	5,3	12,9	5,4	159
<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	70/5/5	17,5	10,6	2,7	175
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150	16,1	16	21,5	295
Шашлычок из куриных грудки (на шампуре), с соусом Переменка	90/10	22	30,1	1,7	365
Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
Пельмени "для умников и умниц" отварные с маслом	160/5	19	16,3	33,5	357
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,46	175
Спагетти отварные (с маслом слив)	180	6,77	5,4	43,14	248
Капуста тушеная	180	4,21	7,4	18	159
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром	200/8/5	0,05		8,13	34
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0	11,2	46
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	20/20	2,52	0,4	18,84	91
ИТОГО: 73.00 руб					

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



А.Т. Урсаева

