

Меню

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

20 декабря 2023

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>					
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие					
Бутерброд с маслом (батон)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат Прага (филе курин.морковь,огурцы солен,яйцо, соус переменка)	30/15	2,4	11,7	15,5	178
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>	70	4,4	8,3	1,3	98
Котлеты Школьные	90	11,5	9,9	9,6	172
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5	19,1	19,1	2,5	260
Рыба запеченая	75	17,3	9,9	3,3	171
Запеканка картофельная с мясом	170	12,3	15,5	23,5	281
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Картофель запеченный (с паприкой)	150	3,51	8,25	28,417	202
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180	6,8	5,4	43,1	248
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Напиток яблочный	200			13,1	53
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68
ИТОГО: 79.00 руб					

Сотласовская
Директор
Зав.рф



А.Т. Урманчеева

Меню

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

20 декабря 2023

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с горохом, гречками, мясными фрикадельками	250/10/11	8,82	8,7	26,5	220
Элеш с птицей	100	6	4,9	40	229
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					539

Согласовано

Директор

Зав. гр.



А. Т. Урманчеева

Меню

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

20 декабря 2023

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Запеканка картофельная с мясом, маслом	170/5	12,3	19,2	23,5	315
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,07	0,01	8,1	34
Хлеб пшеничный (белый)	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					393

Степанова

Директор



А. Т. Урманчеева

Зав. пр. [Signature]