

21 января 2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из квашеной капусты	100	1,59	5,09	8,24	88
Бутерброд с сыром	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Салат из моркови	100	1,18	5,08	11,26	97
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Горбуша запеченная с сыром (филе)	90/10	23,38	14,53	3,17	237
Бифштекс рубленый по-домашнему запеченный	90/10	16,12	14,69	8,36	227
Котлеты аппетитные мясо-куриные запеченные	90	11,65	10,81	7,52	174
Плов с куриными грудками	30/160	12,76	16,98	45,88	395
Блинчики со сгущенным молоком 4 шт	180/20	11,34	8,39	66,9	390
Гуляш из говядины	50/50	15,042	14,43	2,59	200
ГАРНИРЫ					
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,47	31,05	214
Спагетти отварные	180	6,72	6,07	43,08	254
НАПИТКИ					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,94	49
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 93.00 руб					

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчиева



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

21 января 2026

Горячий завтрак (старшие)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Котлеты аппетитные запеченные	90	9,06	6,86	8,99	134
Каша гречневая вязкая	150	3,5	4,64	22,02	150
Напиток из урюка	200	0,8	0,06	9,46	42
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 66,00 руб					403

Ознакомлена.
Директор



A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'A.G. Urmancheva'.

А.Г. Урманчиева

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

21 января 2026

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Борщ с капустой и картофелем	250	1,77	5,16	12,3	103
Фрикадельки из птицы отварные	11	2,51	2,51	0,123	30
Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8
Пицца с сыром	85	13,6	11,4	23,7	252
Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 66,00 руб					485

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчиева

