

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

21 марта 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	90	0,36	0,36	8,82	42
Салат картофельный с огурцами	100	1,49	5,25	10,071	94
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Бифштекс рубленый по-домашнему запеченый	90	10,69	12,037	8,36	185
Ёжики с рисом из мяса птицы для запекания	60/30	9,76	13,4	9,117	196
Рыба запеченая с сыром, соусом Переменка	80/5/5	17,643	6,732	3,025	144
Медальоны из куриных грудок с сыром	85/5	23,12	25,35	1,92	329
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая рассыпчатая	180	янв.00	6,47	50,24	291
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180	6,053	3,68	43,08	254
Пюре картофельное	180	3,94	5,58	26,43	173
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Компот их свежих плодов яблоки	200	0,08	0,08	11,94	49
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	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

21 марта 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,87	5,545	44,28	255
Фрикадельки мясные для супов (отварные)	11	2,246	1,9	0,246	27
Булочка домашняя с курицей и картошкой	80	10,18	17,78	34,15	338
Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					712

Ознакомлен.

И.о. директора



Яруллин Э.И.

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

21 марта 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Гуляш из куриных грудок	45/45	13,16	13,79	2,95	189
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,48	50,249	291
Напиток лимонный	200	0,14	0,016	14,45	61
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					689

Ознакомлен.
И.о. директора

Яруллин Э.И.

