

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

21 апреля 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами	100	1,253	10,081	3,29	109
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба филе по-московски	70/20	17,0	14,7	1,79	209
Ёжики мясные с рисом в соусе для запекания	60/30	10,7	12,9	9,08	195
Грудки куриные (филе) в томатном соусе	50/50	13,7	13,3	2,51	185
Медальоны из куриных грудок запеченные с сыром	80/10	23,0	25,4	0,93	325
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной	180	4,6	6,52	48,01	269
Макаронные изделия отварные	180	6,72	6,079	43,083	254
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34
Напиток из урюка	200	0,8	0,064	18,46	79
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 89.00 руб					

Ознакомлена

Директор



А.Г. Урманчеева

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

21 апреля 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Грудки куриные (филе) в томатном соусе	45/45	12,45	12,56	3,727	177
Каша рисовая вязкая	180	2,76	4,95	28,72	171
Овощи натуральные свежие (огурцы)	20	0,14	0,02	0,38	2
Чай с сахаром/ лимоном	200/8/5	0,066	0,01	8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,25	11,25	55
ИТОГО: 63,00 руб					439

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

21 апреля 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с вермишелью	200	3,55	4,75	37,89	209
Эчпочмак с говядиной	100	6	4,93	40,26	229
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,005	7,98	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
ИТОГО: 63,00 руб					503

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчиева

