

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

21 ноября 2024

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из моркови	100	1,18	1,08	7,26	20
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) по- Московски	70/20	18,05	7,04	3,53	150
Пельмени "Для умников и умниц" с маслом сливоч	180/5	20,4	16,35	44,19	370
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	10	12,7	10,98	216
Плов с говядиной	40/160	16,6	19,37	46,06	430
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Ри сотварной	180	4,6	6,51	48,01	269
Спагетти отварные (масло раст)	180	6,72	6,1	43,08	254
Картофель запеченый	180	4,209	9,869	34,0821	242
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04		8,13	34
Напиток из шиповника	200	0,01		10,18	41
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 79.00-руб					

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

21 ноября 2024

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Борщ со свежей капустой	250	1,775	5,166	12,3	103
Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8
Пицца с сыром	85	13,6	11,4	24	252
Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 55,00 руб					488

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

21 ноября 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,8	7,99	198
Макаронные изделия отварные	150	5,6	5,1	36	207
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
ИТОГО: 55,00 руб					470

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева