

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

22 января 2025

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	90	0,36	0,36	8,89	42
Свекла от варная дольками (с маслом)	100	2,217	2,26	1,9	37
Салат из белокачанной капусты	100	1,552	5,085	9,408	91
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченная с сыром	75/5	14,82	6,61	2,65	146
Голень запеченная	90	22,79	30,606	2,154	393
Чикен	90	11,1	12,1	11,093	176
Запеканка картофельная с мясом	200	14,53	18,29	28,57	335
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша полбяная рассыпчатая	180	6,46	7,32	34,94	231
Макаронные изделия отварные	180	6,053	3,68	43,087	229
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			7,89	32
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	12,43	52
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

22 января 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Рассольник Ленинградский	250	4,126	9,23	38	251
Фрикадельки мясные для супов (отварные)	11	2,24	1,9	0,246	27
Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8
Пицца с сыром	85	13,6	11,4	23,7	252
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,89	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					614

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

22 января 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Запеканка картофельная с мясом	180	13,08	16,46	25,71	302
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,89	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					411

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчеева