

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

22 января 2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Яйцо под соусом переменка с з/горошком	48/10/10	6,69	11,27	1,4	134
Салат любительский	100	1,55	8,41	4,68	102
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Горбуша по-московски	80/20	20,22	15,94	1,79	232
Фрикасе из куриных грудок	50/50	9,05	7,07	3,6	114
Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30	9,81	11,74	6,67	172
Тефтели куриные "Лакомка" в соусе для запекания	60/40	9,94	19,73	9,95	258
Пельмени для умников и умниц отварные с маслом	180/5	12,04	14,35	28,19	290
ГАРНИРЫ					
Рис отварной	180	4,6	6,52	48,01	269
Макаронные изделия отварные	180	6,48	4,64	35,16	254
НАПИТКИ					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			7,98	32
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,135	0,023	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 93,00 руб					

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчеева

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

22 января 2026

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с вермишелью	250	2,86	3,048	20,87	123
Фрикадельки из птицы отварные	11	2,51	2,154	0,123	30
Гренки из пшеничного хлеба	5	0,59	0,06	3,87	19
Сосиски в тесте (крученые)	100	10,5	15,23	32,1	310
Напиток из шиповника	200	0,012	0,001	10,17	41
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 66,00 руб					567

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

22 января 2026

	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (старшие)					
Тефтели куриные "Лакомка" в соусе для запекания	60/30	9,76	16,9	9,117	228
Каша полбяная	150	5,38	6,1	29,12	193
Напиток из вишни	200	0,012	0,001	10,178	48
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 66,00 руб					546

Ознакомлена.
Директор

А.Г. Урманчиева

