

Меню

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

22 марта 2024

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42
Бутерброд с маслом (батон)	30/15	6,2	4,9	15,4	131
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченная с сыром	70/5	17,5	10,6	2,5	175
Шашлык куриный (на шампуре)	80	13,7	14	1	184
Котлеты (мясо-картофельные)	90	12,3	11,1	8,3	179
Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,9	2,6	208
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (м/сл)	180	6,8	5,4	43,1	248
Пюре картофельное	150	4	5,6	26,4	175
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Напиток из урюка	200	0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68
ИТОГО: 79.00 руб					

Согласовано.

Директор



А.Т. Урманчеев

Меню

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

22 марта 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Котлеты мясо-картофельные	90	12,3	11,1	8,3	179
Каша полбяная вязкая	150	3,6	4,6	19,4	134
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 55,00 руб					378

Согласовано.
Директор



А.Т. Урманчеева

Меню

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

22 марта 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42
Борщ со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	3,55	7,31	12,66	131
Корж молочный	50	3,4	13,9	33,5	253
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0	11,15	46
Хлеб пшеничный (белый)	20	1,52	0,16	9,8	47
ИТОГО: 55,00 руб					519

Согласовано
Директор



А.Т. Урманчеева