

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

22 апреля 2025

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из свежих помидоров	100	1,045	6,18	3,61	77
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом переменка	80/5/5	17,64	6,73	3,02	144
Гуляш из говядины	45/45	13,53	12,99	2,33	180
Плов с куриными грудками	40/160	16,58	19,56	48,29	435
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша полбяная вязкая	180	4,31	5,53	23,306	160
Спагетти отварные	180	6,72	6,1	43,06	254
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			8	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 апреля 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Салат из белокочанной капусты (без моркови)	60	0,96	3,051	5,51	54
Пельмени для Умников и Умниц отварные с маслом	160/5	16,66	16,28	39,25	370
Напиток лимонный	200	0,14	0,016	14,45	61
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					562

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

22 апреля 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Щи из свежей капусты, картофелем	250	8,05	5,125	37,69	229
Фрикадельки мясные для супов (отварные)	11	2,246	1,902	0,246	27
Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8
Пицца с курицей и сыром	85	14,95	17,6	30	330
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,98	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
ИТОГО: 63,00 руб					659

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева