

# Меню

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

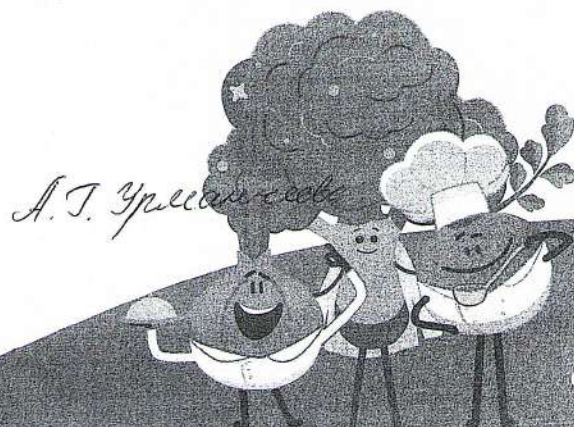
22 декабря 2022

| <b>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>                                       | <b>Выход</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Угл-ды</b> | <b>Ккал</b> |
|--------------------------------------------------------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------|
| <b><u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u></b>                               |              |              |             |               |             |
| Плоды свежие (яблоки)                                        | 120          | 0,48         | 0,48        | 11,76         | 56          |
| Салат картофельный с солен.огурцами, зел. горошком           | 100/5        | 1,46         | 5,3         | 9,83          | 93          |
| Салат "Бурячок" (свекла отвар, яблоки, кукуруза кон, мас.р.) | 100          | 1,5          | 8,6         | 9             | 121         |
| Бутерброд с маслом (батон)                                   | 30/15        | 2,4          | 11,7        | 15,5          | 178         |
| Салат с фасолью (фасоль конс, морковь отв, огурцы сол, м/р)  | 100          | 3,1          | 8,4         | 8,6           | 123         |
| <b><u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u></b>                                   |              |              |             |               |             |
| Макаронник с мясом (запеченный) с маслом                     | 180/3        | 16,7         | 36,0        | 30,20         | 512         |
| Люля кебаб                                                   | 80           | 14,3         | 13,1        | 5,50          | 195         |
| Рыба запеченная с овощами                                    | 75/25        | 15,8         | 9,9         | 2,61          | 163         |
| Буритос с курицей и сыром                                    | 180          | 21,6         | 35,3        | 29,60         | 525         |
| Голень куриная запеченная в сливочном маринаде               | 90           | 22,7         | 33,0        | 1,80          | 391         |
| <b><u>ГАРНИРЫ</u></b>                                        |              |              |             |               |             |
| Каша гречневая вязкая                                        | 180          | 4,2          | 5,6         | 26,41         | 173         |
| Макаронные изделия отварные                                  | 180          | 6,77         | 5,4         | 43,13         | 248         |
| Картофель тушеный                                            | 180          | 3,9          | 12,7        | 29,4          | 249         |
| <b><u>НАПИТКИ</u></b>                                        |              |              |             |               |             |
| Чай с сахаром, лимоном                                       | 200/8/5      | 0,05         |             | 8,13          | 34          |
| Напиток из шиповника                                         | 200          | 0,01         |             | 10,2          | 41          |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с                           | 20/20        | 2,52         | 0,4         | 18,84         | 91          |
| <b>ИТОГО: 73.00 руб</b>                                      |              |              |             |               |             |

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📧 @depta.kzn



# Меню

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

22 декабря 2022

| <u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>                | Выход     | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---------------------------------------|-----------|-------|------|--------|------|
| Щи из св.капусты с картофелем         | 250/22/10 | 5,6   | 9,7  | 9,8    | 149  |
| с фрикадельками из птицы, со сметаной |           |       |      |        |      |
| Кекс волжский                         | 50        | 3     | 10,4 | 29,8   | 211  |
| Напиток лимонный                      | 200       | 0,14  |      | 24,43  | 101  |
| Хлеб ржано-пшеничный                  | 15        | 0,75  | 0,15 | 6,8    | 33   |
| ИТОГО: 48,00 руб                      |           |       |      |        | 494  |

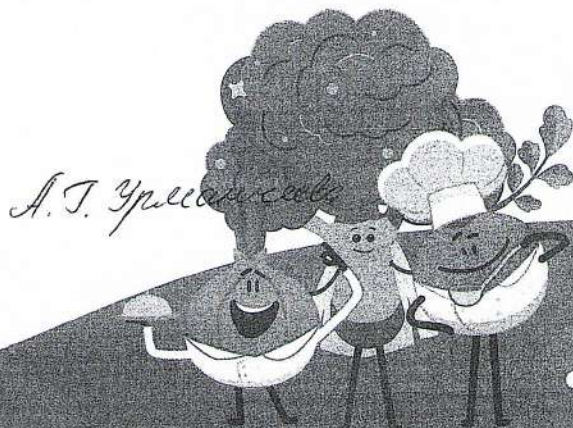
Директор *соглашено*  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn





# Меню

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

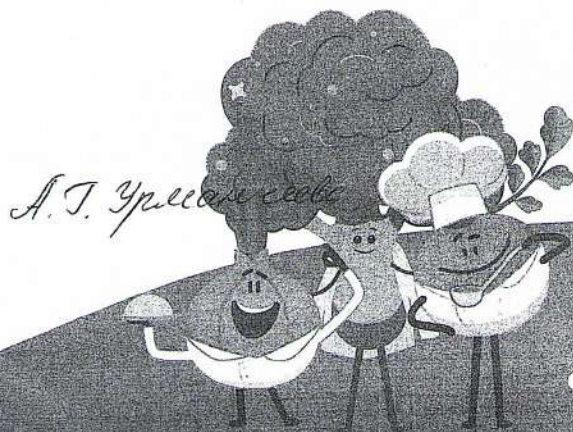
22 декабря 2022

| <u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>    | Выход   | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|-------------------------------------|---------|-------|------|--------|------|
| Сосиски отварные                    | 2шт/100 | 8,92  | 9,51 | 2,39   | 136  |
| Макаронные изделия отварные (с м/р) | 150     | 5,6   | 5,1  | 36     | 212  |
| Компот из свежих плодов (яблоки)    | 200     | 0,08  | 0,1  | 11,9   | 49   |
| Хлеб ржано-пшеничный                | 20      | 1     | 0,2  | 9      | 44   |
| ИТОГО: 48,00 руб                    |         |       |      |        | 441  |

1/ Директор *согла...*  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



# Меню

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

22 декабря 2022

| <u>ГОРЯЧЕЕ бесплатное питание (младшие)</u>      | Выход     | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал       |
|--------------------------------------------------|-----------|-------|------|--------|------------|
| Плоды свежие (яблоки)                            | 120       | 0,48  | 0,48 | 11,76  | 56         |
| Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом | 150/5     | 5,85  | 5,61 | 25,28  | 175        |
| Блинчики со сгущенным молоком                    | 2шт/90/25 | 6,75  | 7,47 | 21,77  | 181        |
| Чай с молоком                                    | 200/8     | 1,52  | 0,75 | 10,39  | 59         |
| Батон                                            | 25        | 1,88  | 0,72 | 12,85  | 66         |
| <b>ИТОГО: 62,10 руб</b>                          |           |       |      |        | <b>537</b> |

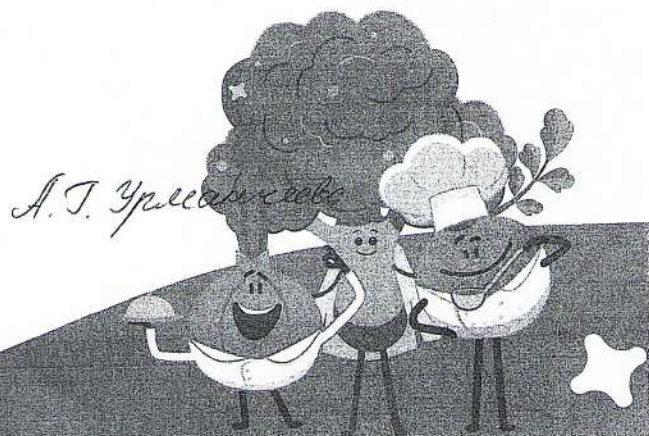
Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn





# Меню

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

22 декабря 2022

| <b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК (младшие)</b>    | <b>Выход</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Угл-ды</b> | <b>Ккал</b> |
|-------------------------------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------|
| Плоды свежие (яблоки)               | 100          | 0,4          | 0,4         | 9,8           | 47          |
| Свекла отварная (дольками) с маслом | 60           | 0,85         | 3,65        | 5,02          | 56          |
| Гуляш из птицы                      | 50/50        | 8            | 8,6         | 1,8           | 117         |
| Каша гречневая рассыпчатая          | 150          | 6,62         | 5,39        | 41,87         | 242         |
| Напиток из шиповника                | 200          | 0,1          |             | 10,18         | 41          |
| Хлеб ржано-пшеничный                | 20           | 1            | 0,2         | 9             | 44          |
| Хлеб пшеничный                      | 15           | 1,14         | 0,12        | 7,38          | 35          |
| <b>ИТОГО: 62,10 руб</b>             |              |              |             |               | <b>582</b>  |

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📱 @depta.kzn



А.Т. Урманчеева

