

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

23 января 2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР					
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Фрукты свежие (яблоки)					
Бутерброд с сыром	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из моркови	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Салат картофельный с огурцами	100	1,18	5,08	11,26	97
ВТОРЫЕ БЛЮДА	100	1,49	5,25	10,07	94
Горбуша запеченная с сыром, соусом переменка	80/10/10	21,13	18,71	3,22	266
Котлеты сытные запеченные с сыром	90	16,08	16,91	6,1	238
Гуляш из говядины	50/50	15,04	14,44	2,59	200
Голень куриная в сливочном маринаде	100	22,75	24,68	1,58	319
Блинчики со сгущенным молоком	180/20	11,07	11,91	79,19	468
ГАРНИРЫ					
Пюре картофельное	180	4,12	5,46	25,74	173
Спагетти отварные	180	6,72	6,07	43,08	254
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,47	50,24	291
Капуста тушеная	180	4,08	8,88	16,82	165
НАПИТКИ					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04	0,005	8,13	34
Напиток из урюка	200	0,8	0,064	9,46	42
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 93.00 руб					

Ознакомлена.

Директор



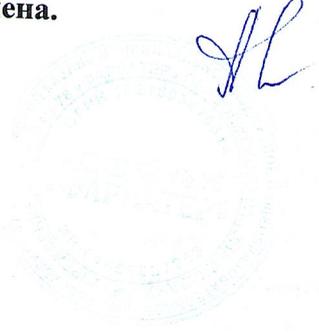
А.Г. Урманчеева

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

23 января 2026

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Рассольник Ленинградский	250	2,28	5,38	16,92	126
Фрикадельки из птицы (отварные)	11	2,51	2,15	0,123	30
Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8
Булочка домашняя с курицей и картошкой	80	7,77	12,1	31,27	266
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	12,43	52
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 66,00 руб					526

Ознакомлена.
Директор



Handwritten signature in blue ink.

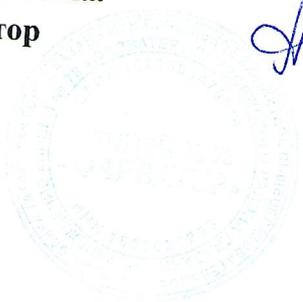
А.Г. Урманчеева

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

23 января 2026

Горячий завтрак (старшие)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Гуляш из говядины	45/45	13,53	12,99	2,33	180
Спагетти отварные	150	5,6	5,06	35,89	212
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 66,00 руб					501

Ознакомлена.
Директор



А.Г. Урманчсева