

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

23 декабря 2024

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	90	0,48	0,48	11,76	56
Салат из моркови	100	1,182	1,086	7,266	20
Салат из белокачанной капусты	100	1,552	5,085	9,408	91
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба филе по-московски	70/20	17,0	14,7	1,79	209
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	10,0	12,7	10,98	198
Плов с говядиной	40/160	16,6	19,4	46,06	430
Медальоны из куриных грудок с сыром	80/5	21,8	23,9	1,81	310
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,5	50,25	291
Спагетти отварные	180	6,72	6,079	43,083	254
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34
Напиток из урюка	200	0,02	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 79.00 руб					

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

23 декабря 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плов с куриными грудками	50/150	15,44	19,29	45,88	419
Напиток из урюка	200	0,8	0	18,46	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 55,00 руб					528

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

23 декабря 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный	250	2,52	2,97	19,8	117
Эчпочмак с говядиной	100	10,32	10,074	34,443	272
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					465

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчиева