

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

26 декабря 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Плоды свежие (яблоки)					
Бутерброд с сыром	100	0,4	0,4	9,8	47
Овощные палочки из моркови	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Салат из квашеной капусты	100	1,3	0,1	8,9	34
ВТОРЫЕ БЛЮДА	100	1,59	5,09	8,24	88
Рыба запеченная с сыром, соусом переменка	100/10/10	23,05	11,47	3,93	212
Котлеты аппетитные запеченные	90	10,76	9,86	8,99	168
Наггетсы куриные	80	15,66	15,7	3,35	214
Голень куриная в сливочном маринаде	90	22,75	24,68	1,58	319
Котлеты куриные нежные	90	11,55	8,28	6,94	149
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: 89.00 руб					

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчиева

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

26 декабря 2025

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
Булочка домашняя с курицей и картошкой	80	8,44	12,73	30,62	272
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,94	49
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					515

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчиева