

Меню

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

28 февраля 2024

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с сыром (батон)	30/15	6,2	4,9	15,4	131
Салат-бар	100	1,3	5,1	7,4	81
морковь свежая	50				
свекла отварная	45				
масло растительное	5				
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8	216
Гуляш из индейки	50/50	10	12,56	2,1111	162
Рыба запеченная	80	18,5	10,6	3,5	182
Медальоны куриные с сыром, томатом	75/5	15,5	18,4	0,9	232
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Картофель запеченный (с паприкой)	150	3,51	8,25	28,417	202
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные	180	6,8	5,4	43,1	248
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	2008/5	0,05		8,13	34
Напиток яблочный	200			13,1	53
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	20/15	2,14	0,32	16,38	79
ИТОГО: 79.00 руб					

Согласовано
Директор
Зав. пр.



А.Т. Урманчеева

Меню

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

28 февраля 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
Картофель запеченный (с паприкой)	150	3,5	8,2	28,4	202
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 55,00 руб					447

Составлено.

Директор

зав пр



А.Т. Урманчеева

Меню

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

28 февраля 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	1,8	4,3	13,5	101
Эчпочмак с говядиной	100	6	4,9	40	229
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,07	0,01	8,1	34
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 55,00 руб					397

Согласовано.

Директор

Зав. уф



JK

А.Т. Урманчеева