

# Меню

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

28 ноября 2022

| <b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>                            | <b>Выход</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Угл-ды</b> | <b>Ккал</b> |
|---------------------------------------------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------|
| Суп гороховый с гренками, с фрикадельками из птиц | 250/10/3шт   | 17,38        | 12,1        | 29,19         | 296         |
| Перемяч с мясом печеный                           | 50           | 6,3          | 10,1        | 16,4          | 183         |
| Чай с сахаром                                     | 200/8        | 0,02         | 0           | 7,9           | 32          |
| Хлеб ржано-пшеничный                              | 15           | 0,75         | 0,15        | 6,8           | 33          |
| <b>ИТОГО: 48,00 руб</b>                           |              |              |             |               | <b>544</b>  |

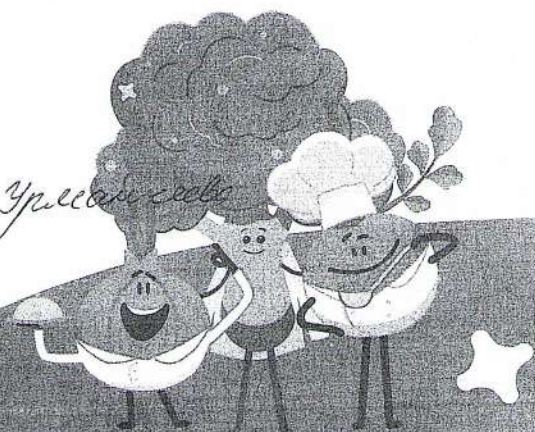
Директор *соглашено*  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



*А.Т. Урманчеев*



# Меню

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

28 ноября 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 из квашенной капусты                           | 100          | 1,6          | 5,1         | 8,24          | 88          |
| Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с м.р. | 75           | 5,2          | 10,5        | 7,8           | 147         |
| Салат из моркови (морковь, сахар, масло раст)        | 100          | 1,05         | 10,1        | 15,6          | 158         |
| <b><u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u></b>                           |              |              |             |               |             |
| Тефтели из говядины в соусе томатном                 | 70/40        | 10,2         | 10,8        | 8,47          | 173         |
| Рыба (филе) по-Московски                             | 70/20        | 18,0         | 13,8        | 2,00          | 204         |
| Грудки куриные запеченная с сыром, томатом           | 75/5         | 20,2         | 19,4        | 0,32          | 257         |
| Голень куриная запеченные в сливочном маринаде       | 90           | 22,7         | 33,0        | 1,80          | 391         |
| Лазанья с мясом                                      | 160          | 17,7         | 24,1        | 25,90         | 410         |
| Блинчики п/ф со сгущенным молоком                    | 4шт/180/34   | 12,8         | 10,1        | 78,00         | 455         |
| Буритос с курицей и сыром                            | 170          | 20,4         | 33,3        | 28,00         | 496         |
| <b><u>ГАРНИРЫ</u></b>                                |              |              |             |               |             |
| Спагетти отварные (с маслом растительным)            | 180          | 6,72         | 6,1         | 43,1          | 254         |
| Каша гречневая вязкая                                | 180          | 4,2          | 5,6         | 26,41         | 173         |
| Овощная смесь (европейская) отварная                 | 100          | 3,9          | 3,6         | 8,8           | 80          |
| <b><u>НАПИТКИ</u></b>                                |              |              |             |               |             |
| Чай черный, зеленый пакетированный с сахаром         | 200/8        |              |             | 8             | 32          |
| Компот из замороженной компотной смеси               | 200          | 0,14         | 0           | 11,2          | 46          |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с                   | 20/15        | 2,14         | 0,3         | 15,38         | 79          |
| <b>ИТОГО: 73.00 руб</b>                              |              |              |             |               |             |

Директор *Согласовано*  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

