

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

29 апреля 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из свежих помидоров (без лука)	100	1,045	6,18	3,61	77
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом переменка	80/5/5	15,79	6,59	3,025	144
Котлеты столичные запеченные	90	12,61	13,65	7,77	202
Пельмени для Умников и Умниц отварные с маслом	180/5	20,45	16,36	44,197	415
Жаркое из филе куриных грудок	40/160	13,56	16,74	37,67	376
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной	180	4,601	6,52	48,01	269
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34
Компот из свежих плодов, яблоки	200	0,135	0,023	11,15	49
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 89.00 руб					

Ознакомлен.

И.о.директора



Яруллин Э.И.

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

29 апреля 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Щи из свежей капусты, картофелем	250	8,05	5,12	37,69	229
Фрикадельки мясные для супов (отварные)	11	2,24	1,9	0,246	27
Сметана	5	0,13	0,75	0,18	8
Пицца с курицей и сыром	85	14,95	17,6	30	330
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,89	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
ИТОГО: 63,00 руб					659

Ознакомлен.

И.о. директора

Яруллин Э.И.



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

29 апреля 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Салат из белокочанной капусты	60	0,96	3,051	5,51	54
Пельмени для умников и умниц отварные с ма	160/5	16,66	16,28	39,25	370
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	12,43	52
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					553

Ознакомлен.

И.о.директора



Яруллин Э.И.