

Меню

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

29 ноября 2023

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с горохом, с мясн. фрикад	200/11	6,52	5,95	15,5	143
Эчпочмак с говядиной	100	6	4,9	40	229
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 55,00 руб					437

Согласовано

Директор

Зав. оф.



А.Т. Урманчеева

Меню

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

29 ноября 2023

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Котлеты "Школьные"	90	11,46	9,9	9,6	172
Картофель запеченный (с паприкой)	130	3	7,1	24,6	175
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 55,00 руб					412

Согласовано

Директор

[Подпись]



А. Т. Урманчеева

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

29 ноября 2023

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,5	178
Салат Прага (филе куриное, морковь, огурцы соляйцо, соус Переменк	70	4,4	8,3	1,3	98
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8	216
Гуляш из филе куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,2	209
Рыба (филе) запеченная	75	17,3	9,9	3,3	171
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Картофель запеченный (с паприкой)	150	3,51	8,25	28,417	242
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	202
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	15/15	1,89	0,25	14,13	68
ИТОГО: 79.00 руб					

Сотеев
Директор
Зав. гр.



А.Т. Урманчеева