

Меню

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

31 января 2023

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Борщ с капустой, картофелем с фрикаделькам из птицы п/ф, сметаной	250/22/5	5,6	9,1	12,7	156
Маффин классический	50	3,2	10,4	29,8	211
Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 48,00 руб					441

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



А. Т. Урманчеев



Меню

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

31 января 2023

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40	10,2	10,8	8,5	173
Рис отварной	150	3,8	5,4	40	224
Компот из плодов сушеный (урюк)	200	1	0,1	30,6	128
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 48,00 руб					558

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



А. Т. Урманова



Меню

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

31 января 2023

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80	5,3	12,9	5,4	159
Салат "Мечта" (капуста белок., кукуруза, з/горошек, м/р)	100	2,08	15,24	6	170
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	100	1,43	6,09	8,36	94
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Бифштекс по-домашнему	90	13,5	12,22	8,5	195
Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	70/5/5	17,5	10,6	2,7	175
Нагетсы куриные	6шт/96	20	23,6	3,4	300
Грудки куриные по-французски	180	17	29	16,9	397
Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,4	43,13	248
Капуста тушеная	180	4,21	7,4	18	159
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	12,4	52
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15	1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО: 73.00 руб					

Директор *Солдатов*
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



А. Т. Урицкая

