

Меню

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

31 января 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)	25/15	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 (филе) запеченная	75	17,3	9,9	3,3	171
Медальоны куриные с сыром, томатом	70/5	14,6	17,3	0,82	218
Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
<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



А.Т. Урманчиев

Меню

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

31 января 2024

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с горохом, с гренками	250/5	6,4	6,2	22,8	175
Эчпочмак с говядиной	100	6	4,9	40	229
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,9	49
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55
ИТОГО: 55,00 руб					508

Составлено

Директор

Зав



А.Т. Урманчиева