

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

31 января 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	90	0,36	0,36	8,82	42
Салат картофельный с огурцами	100	1,49	5,25	10,071	94
Салат из белокачанной капусты	100	1,552	5,085	9,408	91
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Котлеты аппетитные запеченные	90	10,01	12,7	10,98	216
Грудки куриные в томатном соусе	50/50	13,69	13,3	2,51	185
Ёжики рыбные с рисом в томатном соусе	60/30	11,25	10,16	21,21	221
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Рис отварной	180	янв.00	6,5	48,017	269
Спагетти отварные (м/сл)	180	6,8	5,4	43,1	254
Пюре картофельное	180	3,94	5,58	26,43	173
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,135	0,023	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
ИТОГО: 89.00 руб					

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

31 января 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,87	5,545	44,28	250
Фрикадельки для супов (отварные)	11	2,24	1,9	0,246	27
Элеш с птицей	100	6	4,93	40,26	229
Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					598

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

31 января 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Грудки куриные в томатном соусе	50/50	13,68	13,29	2,51	185
Рис отварной	180	4,601	6,52	48,017	269
Напиток из урюка	200	0,02	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					563

Ознакомлена

Директор



А.Г. Урманчеева