

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

03 сентября 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из белокачанной капусты	100	1,55	5,08	9,4	91
Яйцо под соусом "Переменка"	48/10	6,38	11,25	0,75	130
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) запеченая с сыром. Соусом Переменка	100/10/10	23,051	11,47	3,93	212
Бифштекс рубленый по-домашнему запеченый	90	13,49	13,037	11,36	217
Сосиски отварные	100	12,2	10,26	0,8	144
Грудка куриная по-французски	180	17	28,89	16,907	397
Блинчики со сгущенным молоком 4шт	180/20	11,34	8,39	66,9	390
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,47	50,24	291
Макаронные изделия отварные	180	6,053	3,68	43,087	254
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром. Лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34
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

03 сентября 2025

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Бифштекс рубленый по-домашнему с соусом для запекания	70/20	11,53	14,85	10,02	220
Каша полбяная	150	5,38	6,1	29,12	193
Напиток из урюка	200	0,8	0,06	9,46	42
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77
ИТОГО: 63,00 руб					532

Ознакомлена.

Директор

А.Г. Урманчеева

