

Меню

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

05 февраля 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) | 30/15 | 6,2 | 4,9 | 15,4 | 131 |
| Салат -бар капуста свежая | 100 50 | 1,5 | 5,1 | 5,5 | 75 |
| морковь свежая | 45 | | | | |
| масло растительное | 5 | | | | |
| <u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u> | | | | | |
| Рыба (филе) по -Московски | 75/20 | 19,1 | 14,1 | 1,9 | 212 |
| Котлеты Appetitные мясо-куриные | 90 | 13,8 | 14,7 | 8 | 216 |
| Гуляш из индейки | 45/45 | 9 | 11,3 | 1,9 | 146 |
| Плов с говядиной | 40/160 | 11,1 | 13,3 | 34,5 | 305 |
| <u>ГАРНИРЫ</u> | | | | | |
| Каша гречневая вязкая | 180 | 4,2 | 5,6 | 26,41 | 173 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,77 | 5,4 | 43,13 | 248 |
| <u>НАПИТКИ</u> | | | | | |
| Чай пакетированный с сахаром | 200/8 | | | 8 | 32 |
| Напиток и з замороженной черной самородины | 200 | 0,14 | 0 | 11,15 | 46 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с | 15/15 | 1,89 | 0,25 | 14,13 | 68 |
| ИТОГО: 79.00 руб | | | | | |

Согласовано.

и.о. директора

зав

пр. 



Утвержден Э.И.

Меню

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

05 февраля 2024

| <u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u> | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|----------------------------------|-------|-------|------|--------|------------|
| Птица запеченная (цыплята) | 90 | 24 | 22 | 0,87 | 298 |
| Каша гречневая вязкая | 150 | 3,5 | 4,6 | 22,01 | 144 |
| Напиток из урюка | 200 | 0,8 | 0,1 | 18,5 | 79 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | 0,75 | 0,15 | 6,8 | 33 |
| ИТОГО: 55,00 руб | | | | | 554 |

Сотмаевова

И.О. директора

зав пр



Дружинин Э.И.

Меню

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

05 февраля 2024

| <u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u> | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--|-------|-------|------|--------|------------|
| Плоды свежие (яблоки) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Суп картофельный | 200 | 2,016 | 2,4 | 15,84 | 94 |
| Пицца с сыром | 85 | 13,6 | 11,4 | 24 | 252 |
| Компот из замороженной компотной смеси | 200 | 0,14 | 0,02 | 11,2 | 46 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| ИТОГО: 55,00 руб | | | | | 483 |

Составлено.

И.О. директора

Зав. пр.



Брусилов Э. И.