

Меню

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

06 марта 2023

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с м.р.	70	4,85	9,8	7,28	137
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, горошек, яблоки)	100	1,3	10,1	7,2	126
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Бифштекс по-домашнему	90	13,5	12,22	8,5	195
Рыба (филе) по -Московски	70/20	18	13,8	2	204
Грудка куриная в томатном соусе	50/50	9,9	10,6	3,6	150
Плов с говядиной	40/160	11,9	15	42,76	357
Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,6	525
Рыбный киш	170	24,4	30,22	34,944	510
<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
Овощная смесь (европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,1	11,9	49
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	16,38	79
ИТОГО: 73.00 руб					

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Л.Т. Урманчеева



Меню

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

06 марта 2023

ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Шашлычок из куриных грудок (с переменной, на шампур)	80	13,8	14	1	184
Спагетти отварные (с м/р)	150	5,6	5,1	36	212
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
ИТОГО: 48,00 руб					461

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Согласовано 



Меню

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

06 марта 2023

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с горохом, с мяс.фрикаделькам	250/11	7,7	7,1	19,4	173
Пицца с сыром	85	13,6	11,4	24	252
Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 48,00 руб					522

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

