

Меню

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

09 декабря 2022

| <u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u> | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|----------------------------------|-------|-------|------|--------|------------|
| Цыплята запеченные | 100 | 26,7 | 24,5 | 1 | 332 |
| Рис отварной | 150 | 3,8 | 5,4 | 40 | 224 |
| Чай с сахаром | 200/8 | 0,02 | 0 | 7,9 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | 0,75 | 0,15 | 6,8 | 33 |
| ИТОГО: 48,00 руб | | | | | 621 |

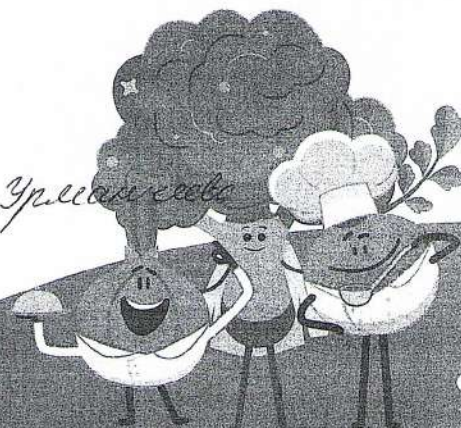
Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

А.Т. Урманчеева



Меню

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

09 декабря 2022

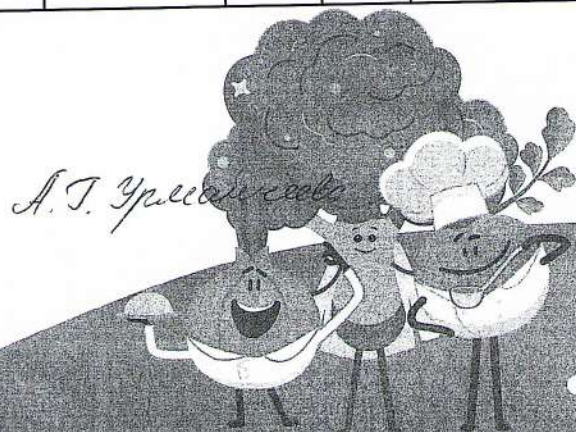
| <u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u> | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---|------------|-------|-------|--------|------|
| <u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u> | | | | | |
| Плоды свежие (яблоки) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| Салат "Витаминный" (капуста б/к, морковь, яблоки, сахар, м/р) | 100 | 1,05 | 6,2 | 3,6 | 77 |
| Бутерброд с сыром (с батоном) | 25/15 | 6,2 | 4,9 | 15,4 | 131 |
| Винегрет овощной | 100 | 1,22 | 10,16 | 7,17 | 126 |
| Салат из моркови (морковь, сахар, масло раст) | 100 | 1,05 | 10,1 | 15,6 | 158 |
| <u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u> | | | | | |
| Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка | 70/5/5 | 17,5 | 10,6 | 2,7 | 175 |
| Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом пере | 90/10 | 22 | 30,1 | 1,7 | 365 |
| Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные | 90 | 16,5 | 15 | 6,6 | 225 |
| Гуляш из говядины | 50/50 | 15,2 | 17,7 | 2,84 | 231 |
| Сырники "Классические" со сгущенным молоком | Зшт/105/25 | 26,3 | 28,9 | 44,1 | 366 |
| Пельмени для умников и умниц отварные с соусом пере | 160/20 | 19 | 23,7 | 34,3 | 427 |
| <u>ГАРНИРЫ</u> | | | | | |
| Пюре картофельное | 150 | 3,28 | 4,7 | 22,03 | 146 |
| Рис отварной | 180 | 4,6 | 6,5 | 48 | 269 |
| <u>НАПИТКИ</u> | | | | | |
| Чай пакетированный с сахаром | 200/8 | | | 8 | 32 |
| Компот из замороженной компотной смеси | 200 | 0,14 | | 11,2 | 46 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с | 15/15 | 1,89 | 0,3 | 14,13 | 68 |
| ИТОГО: 73.00 руб | | | | | |

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

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

09 декабря 2022

| ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------|
| Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками со сметаной | 250/11/5 | 4,32 | 8,4 | 17,5 | 163 |
| Маффин Лимонный | 50 | 3,2 | 10,4 | 29,8 | 211 |
| Чай с сахаром | 200/8 | 0,02 | 0 | 7,9 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | 0,75 | 0,15 | 6,8 | 33 |
| ИТОГО: 48,00 руб | | | | | 439 |

Директор
Калькулятор
Зав. производство

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



А.Т. Урманчаев

