

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

16 сентября 2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР					
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)					
Бутерброд горячий с сыром (батон в/с)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из свежих огурцов	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Салат из моркови с яблоками	100	0,66	6,08	1,8	64
	100	0,99	10,14	8,78	132
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Рыба (филе) по-московски					
Голень запеченная	70/20	17,02	14,72	1,79	209
Нагетсы куриные	90	22,79	24,68	1,58	319
Запеканка картофельная с мясом	80	16,33	19,68	2,82	250
Оладьи со сгущенным молоком 2шт	180	13,09	11,46	26,71	262
	70	1,08	3,088	7,95	64
ГАРНИРЫ					
Рис отварной					
Спагетти отварные	180	4,601	6,52	48,01	269
	180	6,72	6,07	43,08	254
НАПИТКИ					
Чай пакетированный с сахаром					
Компот из свежих плодов, яблоки	200/8			7,98	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	200	0,135	0,023	11,15	49
ИТОГО: 89.00 руб	20/20	2,52	0,36	18,84	91

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева

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

16 сентября 2025

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,87	5,54	19,28	151
Фрикадельки отварные из птицы	11	2,51	2,15	0,123	30
Пицца с курицей и сыром	85	14,31	17,12	30,68	336
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,94	49
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
ИТОГО: 63,00 руб					610

Ознакомлена.

Директор



А.Г. Урманчеева