

Меню

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

22 января 2024

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	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)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
Салат -бар капуста свежая	100	1,5	5,1	5,5	75
морковь свежая	50				
масло растительное	45				
	5				
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Рыба (филе) по -Московски	75/20	19,1	14,1	1,9	212
Котлеты Appetитные 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
Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
<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					

Сотлаевова.

Директор



А.Т. Урманчеева

Меню

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

22 января 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

Солтаева А. А.

Директор



А. Т. Урманчев

Меню

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

22 января 2024

<u>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Птица запеченная (цыплята)	80	21,36	19,2	0,711	261
Каша гречневая вязкая	150	3,5	4,6	22,01	144
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					496

Сотинаева

Директор



А.Т. Урманчеева