

# Меню

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

27 февраля 2023

| <b>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>                               | <b>Выход</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Угл-ды</b> | <b>Ккал</b> |
|--|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------|
| <b><u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u></b>                       |              |              |             |               |             |
| Плоды свежие (яблоки)                                | 100          | 0,4          | 0,4         | 9,8           | 47          |
| Салат из квашенной капусты                           | 100          | 1,6          | 5,1         | 8,24          | 88          |
| Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с м.р. | 70           | 4,85         | 9,8         | 7,28          | 137         |
| Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, м/р)   | 100          | 1,3          | 10,1        | 7,2           | 126         |
| <b><u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u></b>                           |              |              |             |               |             |
| Ёжики мясные с рисом в соусе томатном                | 60/40        | 9,57         | 10,4        | 9,23          | 169         |
| Рыба (филе) по-Московски                             | 70/20        | 18,0         | 13,8        | 2,00          | 204         |
| Грудки куриные запеченная с сыром, томатом           | 70/5         | 19,0         | 18,1        | 0,30          | 241         |
| Голень куриная запеченные в сливочном маринаде       | 90           | 22,7         | 33,0        | 1,80          | 391         |
| Лазанья с мясом                                      | 200          | 22,9         | 30,0        | 38,70         | 519         |
| Буритос с курицей и сыром                            | 180          | 21,6         | 35,3        | 29,60         | 525         |
| <b><u>ГАРНИРЫ</u></b>                                |              |              |             |               |             |
| Спагетти отварные (с маслом растительным)            | 180          | 6,72         | 6,1         | 43,1          | 254         |
| Каша гречневая вязкая                                | 180          | 4,2          | 5,6         | 26,41         | 173         |
| Овощная смесь (европейская) отварная                 | 100          | 3,9          | 3,6         | 8,8           | 80          |
| <b><u>НАПИТКИ</u></b>                                |              |              |             |               |             |
| Чай черный, зеленый пакетированный с сахаром         | 200/8        |              |             | 8             | 32          |
| Компот из замороженной компотной смеси               | 200          | 0,14         | 0           | 11,2          | 46          |
| Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с                   | 20/15        | 2,14         | 0,3         | 16,38         | 79          |
| <b>ИТОГО: 73.00 руб</b>                              |              |              |             |               |             |

Директор *Солтасовская*  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovoln.ru



*А.Т. Урманчеева*



# Меню

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

27 февраля 2023

| <b>ГОРЯЧИЙ завтрак (старшие)</b>        | <b>Выход</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Угл-ды</b> | <b>Ккал</b> |
|---|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------|
| Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) | 80           | 13,8         | 14          | 1             | 184         |
| Макаронные изделия 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          |
| <b>ИТОГО: 48,00 руб</b>                 |              |              |             |               | <b>461</b>  |

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



*А. Т. Урманчеева*

