

Меню

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

12 октября 2021

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК (младшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из белокачанной капусты	80	1,24	4,06	7,52	72
Плов из птицы (грудки куриные)	40/120	14,3	16,22	29,63	324
Компот из замороженной вишни	200	0,14	0,03	11,15	48
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
ИТОГО: 53,41 руб					615

Директор *Ознакомлена*
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

Меню

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

12 октября 2021

<u>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,8	0,4	9,8	47
Салат Столичный (грудки кур,картофель,огурцы сол,яйцо. Соус Переменк	65	4,3	10,48	4,39	130
<u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
Фрикассе из куриных грудок	70/50	20,9	23,4	4,36	314
Бифштекс рубленый по-домашнему п/ф, цветная капуста заморож д	90/30	14,3	14,1	9,74	220
Горбуша запеченная с сыром (филе)	75/5	18,6	11,2	2,64	185
<u>ГАРНИРЫ</u>					
Макаронны отварные (с маслом сливочным)	180	6,77	5,36	43,1	248
Капуста тушеная	180	4,3	7,4	18	159
<u>НАПИТКИ</u>					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7	0,06	0	8	34
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,1	0,04	10,7	44
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	25/25	3,15	0,5	23,6	114
ИТОГО: 73.00 руб					

Директор *ознакомлена*
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



А.Т. Фришманова

Меню

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

12 октября 2021

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Борщ Сибирский с мясными фрикадельками п/ф, сметаной	250/22/15	5,83	8,7	13,68	158
Маффин классический	50	3,2	10,4	29,8	211
Компот из замороженной вишни	200	0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
ИТОГО: 48,00 руб					483

Директор *Ознаркина*
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



Меню

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

12 октября 2021

<u>КОМПЛЕКС 1</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/20/10	8,04	13,62	17,62	227
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,917	5,565	25,06	181
Чай с сахаром, лимоном	200/805	0,07	0,01	8,14	34
ИТОГО: 30,00 руб					442

Директор *Ознакомлена*
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

