

# Меню

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

28 сентября 2021

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК (младшие)</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Салат из свежих огурцов	70	0,47	4,26	1,26	45
Биточки рыбные из фарша минтая (п/ф)	90	12,5	5,88	21,56	178
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,32	8,28	22,07	179
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,94	49
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
<b>ИТОГО: 53,41 руб</b>					<b>566</b>

Директор *Ознокшмаева*  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



*А.Т. Урманчеева*

# Меню

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

28 сентября 2021

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b><u>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u></b>					
Фрукты свежие (яблоки)	120	0,95	0,5	15,4	72
Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11
Салат "Мечта" (капуста св., кукуруза, з/гор конс, мас. раст)	100	1,52	15,1	3,65	157
<b><u>ВТОРЫЕ БЛЮДА</u></b>					
Горбуша запеченная в сыром (филе)	75/8	19,4	12	2,65	196
Бифштекс рубленый по-домашнему, помидоры св.-д.г.	90/60	13,7	13,4	8,9	208
Гуляш из куриных грудок	75/50	14,5	15,6	2,84	210
<b><u>ГАРНИРЫ</u></b>					
Капуста тушеная	180	4,3	7,4	18	159
<b><u>НАПИТКИ</u></b>					
Чай 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	30/30	3,78	0,6	28,3	137
<b>ИТОГО: 73.00 руб</b>					



Директор *Знахаркина*  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

# Меню

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

28 сентября 2021

<u>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</u>	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Борщ с капустой,картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10	3,8	8,2	12,9	141
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	3шт/135/20	8,7	6,7	53	309
Напиток из замороженной черной смородины	200	0,1	0,04	10,71	44
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
<b>ИТОГО: 48,00 руб</b>					<b>560</b>

Директор *Озонак*  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



*А.Т. Фридрихсва*

# Меню

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

28 сентября 2021

## КОМПЛЕКС 1

	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Бутерброд с сыром, с маслом (батон)	30/15/10	6,275	12,11	15,5	197
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,917	5,565	25,06	181
Чай с молоком	200/8	1,52	0,755	10,389	59
<b>ИТОГО: 30,00 руб</b>				437	

Директор *Ознаркина*  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



*А.Т. Урманцева*