

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный Директор
Е. И. Гришина



Меню на 26 января 2023 г.
МАОУ Лицей «Звездный»
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 22 день (Общий) (100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога, запеченный	160	67,85р.	21,23	8,53	33,07	268,32
Молоко сгущеное	30	16,13р.	2,13	1,50	16,56	88,26
Компот из сухофруктов	200	11,70р.	0,60	0,10	20,10	84,00
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,32р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Итого:		100,00р.	28,52	10,61	99,25	580,58

Обед - 22 день (Общий) (160,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Винегрет овощной	100	21,87р.	1,60	6,20	6,60	88,00
Суп-лапша домашняя	250	24,92р.	2,50	3,85	11,13	89,25
Бефстроганов из отварной говядины	100	78,68р.	11,13	7,81	5,07	202,00
Рис отварной	180	11,89р.	3,76	5,43	38,85	219,30
Компот из свежих ягод	200	16,88р.	0,52	0,18	24,84	102,90
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,60р.	3,80	0,40	24,60	116,67
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,16р.	2,04	0,39	11,94	59,40
Итого:		160,00р.	25,35	24,26	123,02	877,52



Зав.пр. Курышкина С.А.