



УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный Директор  
Е. И. Гришина

Меню на 27 января 2023 г.  
МАОУ Лицей «Звёздный»  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 23 день (Общий) ( 100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Омлет паровой	120	38,96р.	6,80	5,15	22,60	162,62
Горошек зеленый консервированный	15	3,91р.	0,47	0,03	0,98	6,03
Яблоко/мандарин	140	35,93р.	0,28	0,28	6,86	30,80
Напиток с витаминами "Витошка"	200	16,88р.	0,00	0,00	19,00	80,00
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,32р.	4,56	0,48	29,52	140,00
<b>Итого:</b>		<b>100,00р.</b>	<b>12,11</b>	<b>5,94</b>	<b>78,95</b>	<b>419,45</b>

Обед - 23 день (Общий) ( 160,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с сыром	100	21,97р.	4,94	9,50	7,94	137,02
Щи из свежей капусты с картофелем	250	24,32р.	1,30	5,53	3,45	59,00
Птица (курица) отварная	90	70,98р.	14,58	5,18	0,27	156,60
Картофельное пюре	180	27,97р.	3,67	5,76	19,22	126,99
Компот из свежих яблок	200	9,00р.	0,10	0,10	11,10	46,00
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
<b>Итого:</b>		<b>160,00р.</b>	<b>30,43</b>	<b>26,86</b>	<b>78,52</b>	<b>701,68</b>



Зав.пр

Курышкина С.А.