

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

Е. И. Гришина



Меню на 7 февраля 2023 г.

МАОУ Лицей «Звёздный»

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак - 8 день (Общий) (100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога, запеченный	190	63,96р.	19,91	7,99	31,01	251,55
Джем из абрикосов	50	10,80р.	0,10	0,00	11,46	57,68
Кофейный напиток с молоком	200	20,92р.	2,80	2,50	13,60	88,00
Хлеб пшеничный йодированный	60	4,32р.	4,56	0,48	29,52	140,00
Итого:		100,00р.	27,37	10,97	85,59	537,23

Обед - 8 день (Общий) (160,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат витаминный с кукурузой	100	18,82р.	2,60	6,22	22,15	154,90
Суп с рыбными консервами	250	31,43р.	3,80	11,40	10,05	180,00
Гуляш из говядины	50	38,41р.	6,57	9,75	1,65	129,00
Соус сметанный	50	2,21р.	0,70	4,66	1,20	35,69
Рагу из овощей с кабачками	180	52,57р.	8,91	13,70	15,30	129,60
Напиток из шиповника	200	10,80р.	0,00	0,02	14,00	56,00
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
Итого:		160,00р.	28,41	46,54	100,89	861,26



Курышкина С.А.